



ཨེབ་བཞི་ལ།

མི་ཀ་ཆེན་ཏི་གས་པ་ཏི་ཁྱ་མཆོ།



མཛད་པ་ལོ།

མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་།





མཆོད་བཟློད། .....	1
གཞུང་གི་དོན། .....	1
གཉིས་པ་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་བཤད་པ་ལ་གཉིས། .....	3
རྗེས་བྱེད་ཆོག་གི་རང་བཞིན་བཤད་པ་ལ་གསུམ། .....	3
རང་གིས་མཐོང་བ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ། .....	4
དོན་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ། .....	18
གསལ་བྱེད་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ། .....	19
བཟློད་བྱ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ། .....	43
ཤུགས་ཀྱི་བསྟན་བྱ་བསྟུབ་བྱའི་རང་བཞིན་བཤད་པ། .....	43
རང་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ། .....	44
གཞན་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དགག་པ། .....	194
གཞན་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྤང་གི་མཆན་ཉིད་དང་ དཔེ་དགག་པ། .....	204

དངོས་བསྟན་རྟགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བཤད་པ། .....	218
ཕྱོགས་ཚོས་རབ་དབྱེ་བཤད་པའི་དགོས་པ་སྤྱིར་བསྟན་པ། .....	218
ཕྱོགས་ཚོས་ཀྱི་ཆོག་ལ་ཚུངས་པ་སྤྲང་པ། .....	219
ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་དགུར་བྱེ་བའི་དགོས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། .	222
རྟགས་དཀར་བར་བསྟན་པ་མཐུག་གི་བྱ་བ་ལ་གཉིས། .....	266
རྟགས་དཀར་བར་བསྟན་པ། .....	266
རྟགས་ན་དོན་ཆེ་བར་བསྟན་པ། .....	268
གཞུང་སྤྱིའི་མཐུག་གི་དོན། .....	270

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསལ་རྒྱུ་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉལ་ས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མཁན་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྤྲོད་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་ཁྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྲལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

རྒྱལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆད་མ་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་  
བཤད་པ་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་གཞན་དོན་  
ལེ་ཏུ་འི་རྣམ་བཤད་བཞུགས་སོ། །

མཆོད་བརྗོད།

ཨོ་སྤྱི། ལྷག་བསམ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱི་གྱི་ཁུར་ལས་བསོད་ནམས་ཚུ་བོ་  
ཡུན་དུ་བབས་པས་བྲན་གྱུར་ཆོ་ལས་གཞན་དོན་ལེ་ཏུ་འི་རྣམ་བཤད་  
བཞུགས་སོ། །ལྷག་བསམ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱི་གྱི་ཁུར་ལས་བསོད་ནམས་ཚུ་བོ་  
ཡུན་དུ་བབས་པས་བྲན་གྱུར་པ། །ཡེ་ཤེས་སྤྱུ་གྱུས་མཐའ་དག་རྒྱལ་བའི་  
བདེ་བ་མ་ལུས་ཡལ་ག་སྟོང་གིས་མངོན་པར་གྱིས། །ཁྲོད་གྱི་གྲགས་པའི་མེ་  
ཏོག་ལྟར་དཀར་ལྷ་བའི་སྤེང་འཛིན་ཚུ་གཏེར་སྐར་པགས་གཡོ་བ་ཡི། །ས་ཆེན་  
སྤྱི་ལས་དྲི་བཞོན་གྱིས་ཁུབ་འངས་དབྱངས་དཔག་བསམ་སྟོན་པའི་དབང་  
པོ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

གཞུང་གི་དོན།

དེ་ལྟར་མངོན་སུམ་གྱི་ལེ་ཏུ་བཤད་ཟིན་པའི་འོག་ཏུ། མདོའི་གོ་རིམ་  
རི་ལྷ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བཤད་པར་བྱ་  
བ་ཡིན་ན་ཡང་། གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར་དགོས་པའི་དབང་གིས་ཐོག་  
མར་བཤད་ཟིན་ནས། ད་ནི་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ལེ་ཏུ་

བཤད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཚད་མ་མདོའི་གཞན་དོན་གྱི་ལེན་པའི་བཟོད་བྱ་ནི། རང་གིས་  
གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚད་མ་རྣམས་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས། གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
རྟོགས་པ་ན། དེའི་ལོག་ཏུ་གདུལ་བྱ་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཐབས་མཐའ་  
གཉིས་སུ་དོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ་དངོས་སུ་གཙུག་པའི་ཡན་ལག། སྐྱབ་ངག་དང་  
མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་འགོག་པའི་ཡན་ལག་སུན་འབྱིན་  
གཉིས་སུ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཡང་སུན་འབྱིན་གྱི་རྣམས་པར་བཞག་པ། མདོ་ལས་ཇི་སྐད་  
གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཚད་མ་  
འདིར་ཡང་གཞན་གྱི་ལོག་པར་རྟོག་པ་སུན་འབྱིན་པའི་རིགས་པ་དང་།  
གཞན་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་བཀོད་པའི་སུན་འབྱིན་རྣམས་སྟོན་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་  
ཚུལ་གཞུང་གི་སྐབས་པལ་ཆེ་བར་བཤད་པ་དག་ལས་ཀྱང་རྟོགས་པར་རུས་  
པའི་བྱིར། འདིར་གཞན་དོན་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱབ་ངག་བསྟན་ཟིན་པ་ན།  
སུན་འབྱིན་གྱི་རྣམས་པར་བཞག་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་ཆོག་རྣམས་པར་འགྲེལ་བའི་  
གཞུང་ལོགས་སུ་ཅོམ་པ་མ་མཛད་ཅིང་། དེའི་བྱིར་སྐྱབ་ངག་གི་རྣམས་པར་  
བཞག་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་རྩ་ཆོག་རྣམས་པར་འགྲེལ་བར་བྱེད་པ་ལེན་པའི་ཉིད་  
ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱེད་པ་ན།  
རྟོད་བྱེད་སྐྱབ་ངག་གི་རང་བཞིན་དང་། དེའི་བཟོད་བྱ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། གཏན་

ཆིགས་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་མདོའི་གཞུང་ཚན་གསུམ་དུ་ཡོད་པས་དེ་  
ཉིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བར་བྱེད་པའི་ལེའུ་འདིའི་དོན་ཡང་གསུམ་པོ་དེར་  
འདུས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

དེ་བས་ན། འདིར། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བཤད་པ་ལ།  
རྫོང་བྱེད་ངག་གི་རང་བཞིན་བཤད་པ་དང་། བརྫོང་བྱ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་  
བཤད་པ་གཉིས།

རྫོང་བྱེད་ཆིག་གི་རང་བཞིན་བཤད་པ་ལ་གསུམ།

དང་པོ་ནི། ཚད་མ་མདོར། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི། རང་གིས་  
མཐོང་དོན་རབ་གསལ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་  
རྗེས་སུ་དཔག་པའི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་སྤྱིར་མཚན་  
ཉིད་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་སུ་བཤད་བྱེད་པ་དེ་ཉིད། སྤྱིར་ཡང་སྐབས་འདིར་  
བསྐྱོས་ཏེ་སྤྱི་བར་མི་བྱེད་ཀྱི། ཀྱན་ལས་བརྒྱས་སུ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་  
སྐྱོས་པའི་རང་གིས་མཐོང་བ་ཞེས་པ་དང་། དོན་ཞེས་པ་དང་། གསལ་བྱེད་  
ཅེས་པའི་ཆིག་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཅད་དང་ཡོངས་གཙོ་དེ་གྱི་དགོས་པ་གཏན་  
ལ་པའ་པའི་སྟོན་ས་མདོ་ཆིག་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་ལ་ཡང་། རང་གིས་མཐོང་བ་སྐྱོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། དོན་སྐྱོས་  
པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། གསལ་བྱེད་སྐྱོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་།

# གསུམ།

རང་གིས་མཐོང་བ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ། རྩ་ཁྲིམ་རང་གིས་མ་མཐོང་བའི་རྟགས་བརྗོད་པ་སྐྱབ་ངག་  
ཡང་དག་ཡིན་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ་རང་གིས་མཐོང་བ་སྟོས་པ་བསྟན་པ་དང་།  
རྩ་ཁྲིམ་རང་གིས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱི་ཁྲིམ་གྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཅམ་གྱི་རྟགས་  
སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚོན་བཤད་པ་གཉིས།

དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་གཞན་  
དོན་རྗེས་དཔག་གོ་ཞེས་སྟོས་པས་ཆོག་མོད། རང་གིས་མཐོང་བ་ཞེས་སྟོས་  
པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། སེར་སྐྱ་བ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་  
དཔག་པ་ནི། ཁྲིམ་བ་རང་ལ་རྟགས་པ་བསྐྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་  
གྱི། ཕྱི་ཁྲིམ་གཞན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རྟགས་པའི་ཐབས་སུ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དེ་ཁྲིམ་བ་བདག་གི་ཆད་མས་མཐོང་བ་མིན་ཡང་ཕྱི་  
ཁྲིམ་གཞན་དག་གིས་མཐོང་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན། གངས་ཅན་པས། སངས་རྒྱས་པ་ལ། སྟོ་བདེ་ཆོས་ཅན། སེམས་  
མེད་དེ། སྟེ་འཇིག་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཞེས་  
བཀོད་པ་ན། རྟགས་སྟེ་འཇིག་ཅན་དེ་སྟོ་བདེ་ལ་གངས་ཅན་རང་གི་ཆད་མས་  
མ་མཐོང་ཡང་། སྟོ་བདེ་སྟེ་འཇིག་ཅན་ཡིན་པར་ཕྱི་ཁྲིམ་སངས་རྒྱས་པའི་  
ལུང་ལས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཡིན་པ་བཞིན་ལོ་སྟམ་དུ་  
སེམས་པར་བྱེད་པས། དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་བརྗོད་པ་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་ཡིན་པ་



སྤང་བའི་སྤྱིར་དུ་བདག་གིས་མཐོང་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་སྟོས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། སྤྱོད་པ་རང་གིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྤྱི་ཆོག་གི་ལུང་ལས་  
བཤད་པ་ཙམ་གྱི་རྟགས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་བསྟན་པ་དངོས་དང་། རང་  
གི་ཐལ་འགྱུར་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་གཉིས།

དང་པོ་ལ། སྟོབ་དེ་སྤྱི་འཇིག་ཅན་དུ་སྤྱི་ཆོག་གིས་ཁས་སྤངས་པ་ཙམ་  
གིས་གྲུབ་པས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་འདོད་པ་དགག་པ་དང་། རྟགས་  
ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པས་སྤྱི་འཇིག་ཅན་སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་  
པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་གཉིས།

དང་པོ་ལ་སྟོབ་དེ་སྤྱི་འཇིག་ཅན་དུ་སངས་རྒྱས་པས་ཁས་སྤངས་པ་  
ཙམ་དུ་གྲུབ་པས། སྤྱི་འཇིག་ཅན་སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་  
ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པ་དགག། སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་གྱངས་ཅན་  
རང་ལུགས་ལ་གྲུབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་བརྗོད་རིགས་པར་བསྟན། ཆོག་བས་ཁས་  
སྤངས་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགྱུར་ན་ཏེ་ཅན་ཐལ་བའི། །དང་པོ་ནི། ཤེས་  
བྱ་ཆོས་ཅན། །དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་གཞོན་སྐྱབ་གི་  
ཡུལ་ལ་ལུང་ཆོག་གཞོན་སྐྱབ་གི་ཆད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ཤིན་ཏྲོག་ལ་དབྱེད་པ་ན་ཡང་། དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་མ་  
དག་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་གི་ཆད་མས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ནས་ལུང་  
ཡོངས་སུ་ལེན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན། ལུང་ཙམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་  
ཤིན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་དེར་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་གི་རྗེས་དཔག་གཞོན་སྐྱབ་

ཏུ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་རྗེས་དཔག་གིས་གྲུབ་  
པའི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་མི་རུང་བའི་སྒྲིབ། འདི་ནི་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་  
དབང་སྒྲོའི་བཤད་པའི་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་གཞུང་འདི་ཉིད་དངོས་  
སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཚུལ་སྒྲིབ་སྟོན་པ་ཡིན་  
ཞིང་། གཞུང་འོག་མ་དག་ནི། སྟོ་བདེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱེ་འཇིག་  
ཅན་ཏྱགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ་སྟོ་བདེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་ཡིན་པ་ལ། སངས་རྒྱས་  
པའི་ལུང་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པར་  
བྱུང་། །

རྒྱན་མཁན་པོ་ནི། འདི་ལྟར་འཆད་དེ། སྟོ་བདེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་ཡིན་པ་  
ནི། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། དེ་ལ་  
སྟོ་བདེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་བརྗོད་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོག་ཙམ་སྐྱབ་བྱེད་  
ཆད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་དོན་ལ་དབྱེད་པ་གསུམ་  
ཀྱིས་དག་མ་དག་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཏྱགས་པའི་  
ལུང་ནི་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཁོ་ནར་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཡོངས་  
སུ་ལེན་རིགས་པའི་སྒྲིབ། དེས་ན། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོག་ཙམ་ཀྱིས་སྟོ་བདེ་  
སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་གྲུབ་ན། སྟོན་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། སྟོ་བདེ་སེམས་མེད་དེར་ནི་  
དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། དེར་གངས་ཅན་རང་གི་ཆོག་ཙམ་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྒྲིབ། འདོད་ན་  
སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཏྱགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་འགལ། སྟོ་བདེ་སེམས་

ཡོད་ཡིན་པ་དེར་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱལ་ས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་གཞོན་གྱི་དུ་  
འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དེར་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་གྲུབ་  
པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དེ་ལ་གཞོན་གྱི་དུ་ཡིན་པ་འགལ། ཞེས་  
འཆད་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན། གཞུང་འདི་དང་། ལུང་ལ་གཞོན་གྱིར་ཞེས་སོགས་  
རིགས་པ་རྣམ་གངས་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །

སྐྱེ་འཇིག་ཅན་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་དེའི་ཆོ།  
སྟོབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་བརྗོད་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དེ་ནི། སྟོབ་དེ་སྐྱེ་  
འཇིག་ཅན་གྱི་སྐྱབ་གྱི་ཆད་མ་མིན་པར་ཐལ། དེའི་ཆོ། སྟོབ་དེ་སེམས་ཡོད་  
དུ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དོན་ལ་གཞོན་གྱི་དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དུ་  
གཞན་སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་ལ་ནི་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་སྐྱབ་གྱི་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། དེ་བས་ན། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དེས་གྲུབ་པའི་རྟགས་སྐྱེ་འཇིག་  
ཅན་དང་། རྟགས་དེས་གྲུབ་པའི་སྟོབ་དེ་སེམས་མེད་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པ་  
གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ། སྟོབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་  
པའི་ལུང་དེ་སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དོན་ལ་གཞོན་པ་སྟོན་པའི་གྲོལ་བ་དེ་གྱི་  
དོར་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཡང་། ཆད་མར་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་ལྟན་པའི་སངས་  
རྒྱས་པ་ལ་ཆད་མར་གྲུབ་པས། དེའི་སྤྱིར། ལུང་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་དོར་  
སྟོབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་སྐྱབ་གྱི་དུ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་པས་ལུང་དེ་སྟོབ་  
དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་གྱི་སྐྱབ་གྱི་དུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་སྤྱིར། དེའི་དོར་སྟོབ་དེ་  
སྐྱེ་འཇིག་ཅན་གྱི་སྐྱབ་གྱི་དུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རམ། ལུང་དེ་ཉིད་སྤྱིར་སངས་



རྒྱས་པས་ཁས་སྦངས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་དོར།      དེའི་དོར་སློབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་  
ཅན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། །

དང་པོ་ལྟར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སློབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་གང་གི་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་སངས་རྒྱས་པས་ཁས་སྦངས་པའི་ལུང་གང་ཡིན་ཏེ་སངས་  
རྒྱས་པས་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ལུང་ཁས་མ་སྦངས་པའི་བྱིར། རྒྱལ་བྱེད་གཞན་  
དག་གལ་ཏེ། ལུང་དེ་སངས་རྒྱས་པ་ཁོ་ན་ལ་ལྟན་པ་ལས་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན།  
སངས་རྒྱས་པ་གང་གི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་ལུང་གང་ཡིན་ཞེས་འཆད་  
མོད། སློབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་ལུང་སངས་རྒྱས་པ་ལ་ལུས་དང་  
གྲིབ་མའི་ཚུལ་དུ་ལྟན་པར་གྲོལ་བ་སྲུ་ཡང་ཁས་ལེན་པ་དགའ་ཞིང་། གཞུང་  
ལ་ལེགས་པར་འབྱོར་བ་མ་མཐོང་དོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སངས་  
རྒྱས་པས་ཁས་སྦངས་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་རི་ལྟར་གྲུབ་པ་  
ཡིན་པར་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དོན་ལ་ཆད་མས་གཞོད་པར་འགྱུར་  
བའི་བྱིར། གཞན་ཡང་ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དེ་དང་  
འགལ་བ་སློབ་དེ་སེམས་ཡོད་དུ་ཁས་ལེན་པ་སྐྱབས་སུ་བབས་པའི་སངས་  
རྒྱས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་ལས་བཤད་པ་ཙམ་རྒྱ་མཆོན་  
དུ་བྱས་ནས། སློབ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་ཁས་ལེན་རིགས་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་  
བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལུང་དེའི་དོན་ལས་གཞན་པ་ཁས་ལེན་ན། ལུང་དེ་  
ཁས་ལེན་པ་འདོར་བའི་ཡན་ལག་ཡིན་གྱི་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པའི་ཡན་ལག་

མིན་པའི་ཕྱིར། སློབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་ན་རེ། ལུང་འདོར་བའི་དུས་གསུམ་  
སྟེ། ལུང་དེའི་དོན་སྙན་འབྲིན་པ་ལ་རྣ་བ་གཏོད་པའི་དུས་དང་། ལུང་དོན་ལ་  
གཞོད་པ་མཐོང་བའི་དུས་དང་། ལུང་དོན་ལ་འགལ་བ་ཁས་ལེན་པའི་དུས་  
སོ། །

དེ་དག་ལས་དང་པོའི་ཆེ་མདོར་ཡང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་ངེས་པར་  
འདོར་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་པའི་དོར། སློབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་  
ཆེ་ཡང་། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་འདོར་བའི་དུས་གསུམ་པོ་ཆང་བར་གྱངས་  
ཅན་ཁྱོད་རང་གིས་གྲང་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སློབ་དེ་སེམས་མེད་  
དུ་སྐྱབ་པའི་ཏྲགས། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་གི་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་མི་རིགས་  
སོ། །ཞེས་པ་ཉིད་གཞུང་འདི་དག་གི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་པའི་  
ལུང་འདོར་བའི་དུས་དང་པོ་ཆང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པར་ལུང་ལ་གཞོད་  
ཕྱིར་ཞེས་སོགས་དང་། གཉིས་པ་ཆང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པར། ཆད་མས་  
ཞེས་སོགས་དང་། གསུམ་པ་ཆང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པར། དེ་དང་འགལ་  
བ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏི་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཉིས་པ་སློབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་གྱངས་ཅན་རང་ལྷགས་ལ་  
གྲུབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་བརྗོད་རིགས་པར་བསྟན་པ་ནི། གྱངས་ཅན་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་རང་གིས་སློབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་ཏྲོགས་པ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བར་  
གྱུར་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དེ་ནི། སངས་རྒྱས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅིས་མ་བརྗོད་  
དེ། བརྗོད་རིགས་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེའི་དོར་སློབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་ཏྲགས་

ཡང་དག་གིས་སྐྱབ་པར་འདོད་པའི་སྐྱོལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཤམ་ཏེ་ཁོ་ཙོ་  
ཅག་གིས་རང་གི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་ལ། ལུང་དེ་བྲིད་ཚད་མར་ཁས་  
མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་མ་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། ལུང་དེ་སྐྱབ་བྲེད་ཚད་མ་མ་ཡིན་ན།  
དེའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་གངས་ཅན་བྲིད་རང་གིས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྲེད་རྟོགས་  
པར་མི་འཐད་ཅིང་། སྐྱབ་བྲེད་ཚད་མ་ཡིན་ན། རིགས་པ་གང་གིས་ལུང་དེ་  
ཚད་མར་འཛིན་པའི་རིགས་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་བརྗོད་པར་རིགས་ཏེ།  
སངས་རྒྱས་པ་འདིས་ཀྱང་རིགས་པས་གྲུབ་པར་མཐོང་བའི་དོན་ནི་ཅིས་མི་  
འཛིན་ཏེ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཤམ་ཏེ། ཁོ་ཙོ་ཅག་གིས་སློབ་དེ་སེམས་མེད་ནི། རྣལ་འབྱོར་  
མངོན་སུམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དེ་ནི། རྣལ་  
འབྱོར་པ་ཁོ་ནས་རིག་པར་བྲེད་བ་ཡིན་པས། གཞན་ལ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན། སྒར་ནི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཐ་མལ་པར་གྱུར་པ་ལས་ཕྱིས་ལམ་སྟོམ་པ་ལ་  
སོགས་པའི་སྐྱབ་བྲེད་གང་དག་གིས་སློབ་དེ་སེམས་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་། ཐ་མལ་ལས་འདས་པའི་དབང་པོ་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་  
བྲེད་དེ་དག་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟན་པ་ནི། ཐབས་དེའི་དོན་བྲེད་པའི་རྒྱས་པ་  
ཤེས་ནས་ཉམས་སུ་སྦངས་པས་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དེ་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་  
པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་གངས་ཅན་པ་འདིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་པ་ལ་  
ཐབས་གང་གིས་སློབ་དེ་སེམས་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་  
འབྱུང་བའི་ཐབས་དེ་སྟོན་པར་རིགས་སོ། །



དེ་ལྟར་ན་ཡང་། དེའི་ཐབས་ནི་སྟོན་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།  
 སྟོ་བདེ་སེམས་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་། དེ་ཉིད་ཐབས་  
 གང་ལས་འབྱུང་བའི་དོན་དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབྱེད་པ་  
 བྱས་ཀྱང་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཐལ། སྟོ་བདེ་སེམས་མེད་རྟོགས་  
 པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དེ་ཐབས་གང་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་རྣམ་པར་ཆད་  
 པ་ཅན་ཡིན་པས། མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད། སྤྱིའི་སྟོན་ས་  
 ཀྱང་ཆད་མའི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞུང་འདི་གཞན་དག་གིས་ནོར་  
 བ་ཁོ་ནར་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་རྟོལ་བས་ཁས་སྦངས་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་ན་  
 ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྤྱིས་བྱའི་བསམ་པའི་དབང་ཅམ་གྱིས་  
 བེ་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་དེ་ཉིད་དང་། དེ་ཉིད་མིན་པར་འཇོག་རྒྱས་པར་  
 ཐལ། བྱི་རྟོལ་གྱིས་ཁས་སྦངས་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བའི་བྱིར།  
 འདོད་ན་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་དང་། དེར་སྦང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་  
 པར་འགྱུར་བར་ཐལ། སྤྱིས་བྱའི་འདོད་པ་ཅམ་གྱི་དབང་གིས་དེ་དག་ཏུ་  
 འཇོག་རྒྱས་པ་གང་ཞིག །འདོད་པ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་བརྟེན་པ་  
 མིན་པར་རང་དགར་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །

དེས་ན་རྟོགས་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ནི་ཚུལ་གསུམ་དོན་ལ་ཡོད་ཅིང་  
 ཡོད་པ་ལྟར་བྱི་རྟོལ་གྱི་ཆད་མས་ཤེས་པ་ལ་སྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་གྱི།  
 ཚུལ་གསུམ་དོན་ལ་མེད་པ་བྱི་རྟོལ་གྱི་ལུང་ཅམ་ལས་ཤེས་པས་སྐྱབ་བྱེད་

ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྟགས་ཚོས་ལ་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པས་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་སྟོ་བདེ་  
སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་  
དོན་ལ་ཡོད་ཀྱང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དངོས་དང་། འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རྟགས་  
ལ་བརྟེན་ནས་རྟགས་པ་ནི། རྟགས་པ་མེད་པ་དང་མཚུངས་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
སྐྱེ་འཇིགས་གཅོད་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དངོས་ལ་འབྲེལ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ནའང་  
རང་བཞིན་དང་ནི་འབྲས་བུའམ།སྒྲིང་བ་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད།མ་དམིགས་  
པའི་རྟགས་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་དགོས་ཀྱི་དེ་གསུམ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་མི་སྤིད་དོ། །དེ་བས་  
ན་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་ཡང་སྟོ་བདེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རང་མ་  
དམིགས་པ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་  
རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་མི་འཐད་དོ། །

དེས་ན་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཚོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་པའི་  
རྟགས་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་གངས་ཅན་རང་ལའང་ཅིའི་སྤྱིར་མ་གྲུབ་  
སྟེ། གངས་ཅན་རང་ཡང་སྐྱེ་འཇིག་ཅན་སྟོ་བདེ་ལ་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པ་  
རིགས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ།

གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དངོས་པོ་ལ་མི་གནས་ན། སངས་རྒྱས་  
པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་རྟགས་ཚོས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ལས་བསྐྱབ་བྱ་

རྟོགས་པར་མི་རིགས་པས། སྐྱེ་འཇིག་ཅན་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་སྔ་ཚོལ་  
ལ་མ་གྲུབ་ཅིང་། སྐྱེ་ཚོལ་ལ་མ་གྲུབ་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་མི་འཐད་  
ཅེས་བྱ་བའོ། །

ཁ་ཅིག་རང་ལ་ཅིའི་སྒྲིབ་མ་གྲུབ་ཅེས་པ་རྟོགས་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་  
རང་ལ་ཅིའི་སྒྲིབ་མ་གྲུབ་ཅེས་པ་ལ་འཆད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། གྲངས་ཅན་ནི་  
སྐྱེས་བྱ་གཅིག་བྱ་ཤེས་པ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སེམས་  
མེད་བེམས་པོར་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་གངས་རིའི་ཁྲིད་ཀྱི་གཞན་སྟོང་ངེས་  
པའི་དོན་དུ་སྐྱབ་པ་ཁ་ཅིག་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བེམས་རིག་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་  
ཆད་པར་སྐྱབ་དང་འབྲེལ། །སྐྱེས་བྱ་དེ་ནི་རྟོག་པར་འདོད་པ་ཡིན་པས། སྐྱེ་  
འཇིག་ཅན་ཀྱི་སྒྲོ་བ་དེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་  
པར་ཁས་ལེན་གྱི།མེད་པར་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྒྲིབ་འོ། །

གཉིས་པ་རང་གི་ཐལ་འགྱུར་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་གཞན་  
ཀྱི་ཁས་སྤངས་རྟོགས་སུ་མི་རུང་ན། བྱེ་བྲག་པས་སྐྱི་ཆ་མེད་གཅིག་ཉིད།  
གསལ་བ་དུ་མ་ལ་འཕྲོད་འདུས་འབྲེལ་བར་ཁས་སྤངས་པ་ལ་གཞོད་པ་སྟོན་  
པའི་ཆོ། བྱིད་དང་སྟོན་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་སོགས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་  
ཁས་སྤངས་རྟོགས་སུ་བཀོད་ནས་ཐལ་བ་སྐྱབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་  
པས་དེ་ལྟར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། བ་ལང་གི་སྐྱི་རྟོག་དངོས་ཆོས་ཅན། ཆ་  
བཅས་སུ་ཐལ། གསལ་བ་རྗེས་ཐ་དད་དུ་མ་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་འཕྲོད་འདུས་  
འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ། ཞེས་འཕངས་པའི་ཐལ་འགྱུར་ལ་གཞན་གྱིས་ཁས་སྤངས་



རྟགས་སུ་བཀོད་པ་དང་། གངས་ཅན་གྱིས་སྒོ་བདེ་སེམས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་  
གཞན་གྱི་ཁས་སྒྲངས་རྟགས་སུ་མི་རུང་བར་བཤད་པ་མི་འགལ་རྟོ། །གངས་  
ཅན་གྱིས་རྟགས་དེ་རང་གིས་ཁས་སྒྲངས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་ཕྱིར་རང་  
རྒྱད་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ་ཐལ་བ་དེ་ནི་བྱེ་བྲག་པ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པའི་  
ཁས་སྒྲངས་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཡིས་མི་འདོད་པའི་ཆོས་ཐལ་བར་སྐྱབ་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་འདོད་པའི་ཆོས་དེ་ལྟར་ཐལ་བ་འཕངས་པ་ལ་དགོས་པ་  
ཡོད་དེ། བ་ལང་གི་སྒྱི་དེ་གཅིག་ཆ་བཅས་སུ་མེད་ན་གཞན་གསལ་བ་དུ་མ་  
ལ་འཕྲོད་འདུས་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའང་དགག་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆ་  
བཅས་སུ་མེད་ན་གསལ་བ་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བ་དགག་བྱས་པར་ཐལ། དེ་ཆ་  
བཅས་ཀྱི་བདག་གཅིག་པའི་བྲབ་བྱ་ཡིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་གཉིས་འབྲེལ་  
བའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་ཆ་མ་རྣམ་ངེས་སུ། དཔེར་ན། དུ་མ་ལ་ཡོད་པའི་  
གཅིག་བྱ་དེ་ནི་ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་བྲད་པར་ཅན་གཞན་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་  
རྟེ། ཡུལ་དང་། དུས་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་བྲད་པར་ངེས་པའི་གསལ་བ་  
གཅིག་དང་འདྲེས་པས་རང་བཞིན་གཞན་གྱིས་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
རང་བཞིན་ནི་ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་དང་ལྡན་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་  
རྟོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་དུ་མ་ལ་ཡོད་པའི་གཅིག་བྱ་ནི་ཞེས་པས་  
ཞེས་འདོད་ཆོས་ཅན་བསྟན་ལ། ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་བྲད་པར་ཅན་གཞན་  
དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་རྟེ། ཞེས་པས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་བསྟན་ཅིང་། ཡུལ་དང་  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྟགས་བསྟན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ལྟོག་པ་ལ་

གཞོན་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལ་རྣམ་ངེས་སུ། རང་རྒྱུད་དངོས་སུ་སྒྲོས་ནས་ཐལ་འགྱུར་ཤུགས་  
ལ་འཕངས་པ་ནི། ཐལ་འགྱུར་རང་རྒྱུད་གྱི་མཐའ་ཅན་དུ་ཉེས་པར་བྱ་བའི་  
སྤྱིར་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཐལ་འགྱུར་དང་། རང་རྒྱུད་གཉིས་བཤད་པ་ནི། སྤྱི་  
གོལ་གྱི་རྒྱུད་གྱི་མཐའ་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་བསྒྲེག་པའི་སྤྱིར་དུ་  
ཐལ་འགྱུར་དང་། ཐེ་ཚོམ་བསལ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་  
དུ་རང་རྒྱུད་གསུངས་པའམ། ཡང་ན་རང་རྒྱུད་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་  
ཡིན་ལ། ཐལ་འགྱུར་ནི་རང་རྒྱུད་གྱི་ཕྱོག་ཁྲབ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
ཉེས་པར་བྱའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། ཐལ་འགྱུར་དང་རང་རྒྱུད་སྤྲགས་གཅིག་ཕུ་འདིའི་  
ཉེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་བྱེ་བྲག་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་གཉིས་ཀའི་རང་རང་  
གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདོད་པ་རྟག་དངོས་སོགས་ཀྱིས་བྱད་པར་དུ་མ་  
བྱས་པའི་བ་ལང་གི་སྤྱི་ཙམ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་  
དེ། འདི་ལྟར་ཐལ་འགྱུར་དེའི་གསལ་བར་ཆ་དུ་མ་དང་བཅས་པར་ཐལ་ཟེར་  
རམ། དུ་མ་དང་བཅས་པར་ཐལ་ཞེས་ཟེར། །དང་པོ་ལྟར་ན། རང་རྒྱུད་གྱི་  
རྟགས་སུའང་། ཆ་བཅས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། །ཞེས་འགོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་  
ན་སྤྱོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བ་ལང་གི་སྤྱི་ཙམ་ནི་ཆ་དུ་མ་  
དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བ་ལང་གི་སྤྱི་དེ་ཉིད་གྱི་བ་ལང་  
དཀར་བལ་ལ། རྗེས་སུ་སོང་བའི་ཆ་དང་། རྟག་རྒྱུར་ལ་རྗེས་སུ་སོང་བའི་ཆ་

གཉིས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཐལ་འགྱུར་གྱི་གསལ་བར་དུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་པ་ཙམ་  
འགོད་ཅིང་། རང་རྒྱུད་གྱི་རྟགས་སུ་ཡང་དུ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ཙམ་  
འགོད་པས་སྒྲོན་མེད་དོ། །ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་རང་རྒྱུད་འགོད་པའི་ཆོ། བ་ལང་གི་  
སྤྱི་ཆོས་ཙན། གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་མི་འགྲོ་སྟེ། དུ་མ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
ཞེས་འགོད་དམ། དེ་ཆོས་ཙན། གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆ་མེད་  
གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། དུ་མ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་འགོད། དང་པོ་ལྟར་ན། རང་  
རྒྱུད་གྱི་རྟགས་གྱི་དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་ཏེ། བ་སྤང་གི་སྤྱི་  
ནི། གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན།  
ཐལ་རང་གཉིས་ཀའི་བྱུང་བ་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཆ་ཡོད་མེད་དངོས་  
འགལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་ན། ཆ་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། ཆ་བཅས་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། ཞེས་བཀོད་ནས་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སྤྱོད་བ་སྒྲོན་པའི་ལྗོས་གར་མ་  
བྱེད་ཅིག །

གཞན་ཡང་། ཞེས་བྱ་དུ་མ་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་ན། བ་ལང་གི་སྤྱི་དུ་  
མ་མ་ཡིན་པའང་ཉམས་ཤིང་། མིན་ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཙན། དུ་མར་ཐལ།  
གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སྤྱིར། ལན་མེད་དོ། །དེ་བས་ན། བ་ལང་  
གི་སྤྱི་ཙམ་ཞེས་འདོད་ཆོས་ཙན་དུ་འདོད་པ་ནི། རྣམ་པར་མ་བརྟགས་པའི་  
བབ་ཅོལ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག་བ་སྤང་གི་སྤྱི་རྟག་དངོས་ཆོས་ཙན་དུ་བྱས་ནས། དུ་མར་



ཐལ། གསལ་བ་དུ་མ་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ། ཞེས་ཟེར་བ་ནི་མི་  
འཐད་དེ། ཆོས་ཅན་དུ་གང་འཛིན་ཡང་སྤྲིའི། དུ་མར་ཐལ། གསལ་བ་དུ་མ་ལ་  
དུས་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ། ཞེས་བཀོད་སྒྲིབ་ཆད་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་རྣམ་  
གཞག་ལ་སྒྲོ་ཁ་མ་སྒྲོགས་པ་གསལ་བར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། ཞེས་བྱ་  
ཆོས་ཅན། ཆོས་དེ་ལ་དུ་མ་ཡོད་ན། ཆོས་དེ་དུ་མ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
ཆོས་དེ་རང་གི་གསལ་བ་དུ་མ་ལ་འབྲེལ་ན། ཆོས་དེ་དུ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་  
སྒྲིབ། འདོད་ན། དུ་མ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འབྱུང་བཞིའི་རྩལ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཁྱོད་ལ་འབྱུང་བཞིའི་རྩལ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། ཞེས་བྱ་བས་མཆོན་ཏེ།  
རི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་དབང་པོའི་རྒྱས་པ་མ་ཉམས་ཀྱི་བར་དུ་བརྗོད་ཀྱང་འདིའི་གཞོན་  
བྱེད་ཟད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འོ་ན། བ་སྒྲུང་གི་སྒྲིབ་ཏུ་དངོས་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་ན། ཏུགས་ཆོས་ཅན་  
མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། ཏུགས་འདིའི་ཆོས་ཅན་གཞི་མ་  
གྲུབ་པས་ཉེས་པ་ཅིང་འགྱུར་སྒྲོས་ཤིག །དེ་ལྟར་ན་ཏུགས་སྒྲོགས་ཆོས་མ་  
གྲུབ་པའི་སྒྲིབ་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཚུལ་འདི་ནི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་འཇུག་པ་བ་ལང་  
གན་པོའི་གཅོད་བྱེད་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ཅིང་བས། བ་ལང་གི་སྒྲིབ་ཏུ་དངོས་གཞི་  
མ་གྲུབ་ན། བ་ལང་གི་སྒྲིབ་ཏུ་དངོས་ཆ་དུ་མས་སྟོང་བ་ཡང་གཞི་མ་གྲུབ་  
དགོས་སོ་སྟུམ་དུ་བསམས་ནས་ཏུགས་སྒྲོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པས་  
སྒྲུག་པ་སྟེ། མོ་གཤམ་ཀྱི་བྱ་གཞི་མ་གྲུབ་ན། མོ་གཤམ་ཀྱི་བྱའི་སྒྲོ་བསངས་  
དང་བྲལ་བ་གཞི་གྲུབ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། བ་སྒྲུང་གི་སྒྲིབ་ཏུ་དངོས་གཞི་མ་

གྲུབ་ན། བ་སྒྲུང་གི་སྤྱི་ཏྲག་དངོས་ཆ་དུ་མས་སྟོང་བ་ཡིན་པ་ཆད་མས་གྲུབ་  
དགོས་ཏེ། ཆ་དུ་མ་དང་བཅས་ན་གཞི་གྲུབ་དགོས་པར་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཏྲགས་འདིའི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གཞི་མ་གྲུབ་ཀྱང་། ཏྲགས་  
འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འཐད་པའི་ཚུལ་ལ་  
སེམས་རངས་པར་གྱིས་ཤིག། དེ་ཡང་རང་རྒྱད་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་ཡང་  
དག་ཡིན་ན། དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་རང་རྒྱད་  
ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་མི་འགྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཏྲགས་པ་རོལ་པོས་ཁས་སྒྲངས་པ་ཞིག་  
དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་པར་ཆད་མས་གྲུབ་ན། རང་རྒྱད་ཏྲགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། གྲུབ་པ་ཡང་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཞིག་  
དགོས་ཏེ། ད་ལྟ་མིན་ན། རང་རྒྱད་ཏྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་མི་འགྲུབ་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །

དོན་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དོན་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། ཅིའི་སྤྱིར་གཞན་དོན་  
རྗེས་དཔག་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་དོན་ཞེས་པའི་ཆོག་སྟོས་ཞེ་ན། གཞན་  
དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་དོན་ཞེས་པའི་ཆོག་སྟོས་པ་ནི།  
ཆད་མས་མ་གྲུབ་བཞིན་དུ། སྒྲ་དང་རྟོག་པ་ཅམ་གྱིས་སྟོ་བཏགས་པའི་བདག་  
ཉིད་ཅན་དག་ཏྲགས་ཡང་དག་ཉིད་མ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་ཏྲགས་བརྗོད་པར་  
བྱེད་པའི་ངག་ གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་མིན་པར་སྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་ཡིན་ཏེ།

ཚུལ་གསུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་དོན་ལས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་གྲུབ་  
དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཚད་མས་མ་གྲུབ་པར་སྒྲིལ་གིས་བཏགས་ནས་བཞག་པ་ཙམ་གྱིས་  
རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་འཆད་པ་ནི། ཚད་མས་མ་གྲུབ་  
པར་རྟགས་པ་དང་ལུང་ཙམ་གྱིས་བཏགས་པ་དག་ནི་མདོན་པར་འདོད་པའི་  
དོན་ལ་འབྲུལ་བ་སྤྱད་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་པ་དང་ལུང་དག་ནི་རང་བྱེད་པ་པོའི་  
འདོད་པ་ཙམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། །འབྲེལ་སྟེ། དེ་དག་གི་འདོད་པ་ནི་  
དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལས་གཞན་དུ་འཇུག་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསལ་བྱེད་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་གསལ་བྱེད་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་  
གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་  
སྒྲོས་ཞེ་ན། རིགས་པ་ཙན་ལ་སོགས་པ་རང་གཞན་གྱི་རྟགས་གོ་བ་སྤྲུལ་དག་  
ཚུལ་གསུམ་ཚད་པའི་རྟགས་དག་ཀྱང་སྐྱབ་དག་གིས་གཞན་ལ་སྟོན་པ་ན།  
སྒྲིལ་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བྱམ་པ་བཞིན། བྱམ་པ་བྱས་པ་  
བཞིན་དུ་སྒྲིལ་ཡང་བྱས། དེའི་ཕྱིར་སྒྲིལ་མི་རྟག་ཅེས་སྐྱབ་དག་ཡན་ལག་ལྷན་  
དུ་བརྗོད་པའི་སྟོན་སྟེ། དག་ལྷག་ཆད་ཀྱི་སྟོན་དང་བཅས་པ་སྒྲིལ་བར་བྱེད་ལ།  
གང་གི་ཆོ། སྤྲུལ་ལ་རང་གིས་མཐོང་བའི་ཚུལ་གསུམ་གྱི་དོན་བརྗོད་པར་  
བྱེད་པའི་དག་ཅེས་པ་ཙམ་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་བཀོད་  
ན། དེའི་ཆོ་ཡན་ལག་ལྷན་གྱི་སྐྱབ་དག་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཀྱང་གཞན་དོན་རྗེས་

དཔག་ཡིན་པ་མཚན་ཉིད་དེས་མ་བཅད་དམ་སྟུང་དུ་དོགས་པར་འགྱུར་  
བས། དེ་ལྟ་བུའི་དོགས་པ་བསལ་བར་བྱ་བའི་སྒྲིབ། གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་  
ཆོག་སྟོས་སོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་ནི་ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་སྟེ་  
བྱ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་སྐྱབ་ངག་དག་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་འཛིན་  
པའི་ལོག་ཏྟག་སེལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་  
ལག་ཏུ་འདོད་པའི་ལོག་ཏྟག་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་གིས་སེལ་མི་རུས་  
ཏེ། དེ་ལྟ་ན་སྐྱོན་ལཱིན་གྱི་ལོག་ཏྟག་སྐྱ་མི་རྟག་ཅེས་པའི་ཆོག་གིས་སེལ་  
རུས་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིབ་དང་། སྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་  
སོགས་འགོག་པའི་རིགས་པ་འོག་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
དོན་མེད་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིབ་རོ། །

དེ་བས་ན་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་གིས་དེ་ལྟ་བུའི་ལོག་ཏྟག་  
སེལ་བ་མ་ཡིན་གྱི། གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་མ་སྟོས་པར་རང་གིས་  
མཐོང་བའི་དོན་བརྗོད་པ་ཅམ་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་བཀོད་ན།  
སྟོབ་དཔོན་གྱིས་བཀོད་པའི་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད་དེ་ཉིད་  
ཀྱང་གཞན་དག་གིས་འདོད་པའི་ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་གྱི་སྐྱབ་ངག་ལ་བྱུང་བའི་  
སྒྲིབ། དེ་དག་ཀྱང་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ཏུ་འདོད་དགོས་པར་འགྱུར་རོ་  
སྟུང་པའི་དོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཤས་ཆེ་ཞིང་། གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་མཚན་  
ཉིད་ཀྱི་བྱུང་དུ་སྟོས་པ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་དོགས་པ་སྐྱེ་བའི་གནས་མེད་པས་དེའི་



ཕྱིར་དོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་  
སྒྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །

བསྐྱབ་བྱ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་གི་ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་  
ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་ཚུལ་འདིས་མཆོན་ཏེ་ཞེས་པར་བྱའི།  
གཞན་དུ་ན་ཆོག་ཙམ་གྱིས་ལོག་རྟོག་ཐམས་ཅད་སེལ་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཆོད་  
མ་རྣམ་པ་གཉིས་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན། ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ཟུར་དག་གི་དགོས་  
པ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱེད་པ་ན་ཡང་། ཆོག་དེ་དག་གི་རྣམ་བཅད་ཡོངས་  
གཙོད་ཀྱི་དགོས་པ་དངོས་བསྟན་པ་དང་། དགོས་པ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་  
པ་བཤད་པའི་སྐབས་གཉིས་གཉིས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་། གཞན་ལ་  
བསྟན་པར་བཏིད་ཕྱིར། ། ཞེས་སོགས་ལོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་རང་གིས་  
མཐོང་བ་སྒྲུལ་པའི་དགོས་པ་དངོས་བསྟན་ནས། ཡོངས་བརྟགས་ཡོངས་སུ་  
ལེན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་དེ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་འཆད་པ་  
དང་། དོན་སྒྲུལ་དེ་ནི་ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་གསུམ་གྱིས་དོན་ཞེས་པའི་ཆོག་  
སྒྲུལ་པའི་དགོས་པ་དངོས་བཤད་ནས། དོན་ལས་དོན་ནི་བྱུང་བྱིར་རོ་ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་དགོས་པ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་འཆད་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལ་ཡན་ལག ལྟ་བུ་ཀྱི་སྐྱབ་དག་གི་བསྐྱབ་བྱ་དངོས་སུ་བརྗོད་  
པའི་ཡན་ལག་ལྟག་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་ནི། རང་ཉིད་གང་ལ་བསྐྱབ་བྱར་  
སོང་བའི་རྟོག་པའི་ངོར་མ་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས། དེ་བརྗོད་ཀྱང་

བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟེན་གས་པ་བསྐྱེད་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །མ་ཐུན་དཔེ་དངོས་སུ་  
སྒྲོས་ཀྱང་དེའི་སྤྱིར་རྟེན་གས་ཚོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མ་བསྐྱན་པས། བྱུང་བ་བརྗོད་  
པ་མ་ཆང་ལ། ཉེར་སྤྱོད་སྤྱོད་གས་ཚོས་བརྗོད་པ་དང་སྒྲོས་ཤིང་མཐུག་སྤྱད་  
དམ་བཅའ་བརྗོད་པ་དང་སྒྲོས་པའི་སྤྱིར། དག་ཆད་ལྷག་གི་སྒྲིན་དང་བཅས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་། སྒྲིན་གཞན་རྣམས་ནི་སྐྱབ་དག་གི་སྒྲིན་ཡིན་པར་  
རྟེན་གས་སྤྲིང་། སྤྱོད་གས་ཆིག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་  
རིགས་པ་དག་གིས་ཤུགས་ལ་རྟེན་གས་པར་ཡང་རུས་པའི་སྤྱིར། ཆད་མ་ཀྱན་  
ལས་བརྟུས་སུ། དེ་དག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་འགོག་པའི་རིགས་པ་  
བྱུང་དུ་མ་གསུངས་ཤིང་རྣམ་འབྲེལ་དུ་ཡང་མ་གསུངས་ལ། སྤྱོད་གས་ཆིག་  
སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་ཉིད་དོགས་པའི་གནས་ཆེ་བས་དེ་ཉིད་འགོག་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཆད་མ་མདོར། འོན་ཏེ། རྟེན་གཤམ་བསྐྱན་བཅས་རྣམས་  
སུ་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་སྒྲིན་པར་  
དམ་བཅའ་བ་བཀོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་ལ་ངེ་བར་བྱའོ། །

ཁོ་བོ་ཅག་ནི། དེ་ལ་དཔག་བྱ་བསྐྱན་པ་ནི། གཏན་ཆིགས་དོན་གྱི་  
ཡུལ་དུ་འདོད། ཡན་ལག་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་བསྐྱན་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་བསྐྱན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ཉིད་ལས་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་གྱི་ཡུལ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ནི་དེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་

དོན་འགྲེལ་བ་ལ། དོན་གྱིས་དོན་རྟོགས་ཕྱིར་དོན་ལ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
བ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་དག་གི་ཆོག་དོན་བཤད་པ་ལ། རྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་  
ལག་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད། རྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་དག་ག། རྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ན། གཞན་  
གྱི་དམ་བཅའི་མཚན་འདི་ལ་སྒྲོན་འབྱུང་ཞིང་། སྒྲོན་དེ་རང་གི་དམ་བཅའི་  
མཚན་ཉིད་ལ་མི་མཚུངས་པར་བསྟན། འགྲེལ་བྱེད་གཞན་གྱི་རྟོགས་ཆོག་  
སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་འགོག་པའི་ཚུང་ལན་འགྲེལ་མེད་དུ་བསྟན་པ་  
དང་བཞི།

དང་པོ་ནི། གཞུང་འདི་དག་གི་བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་  
ཆོག་དང་རྟོགས་ཆོག་གཉིས་ཀའང་ཆོག་རང་ཉིད་གྱིས་དངོས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་  
བསྐྱབ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
རྟོགས་པ་སྐྱེ་མི་སྐྱེའི་བྱེད་པར་ཡོད་དེ། རྟོགས་ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་  
ལ་རྟོགས་པ་དངོས་དང་བརྒྱད་པ་གང་གི་སྒྲོན་ས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། རྟོགས་  
ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་བྱས་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ལ་བློན་པ་དངོས་  
སུ་སྐྱེས་པའི་སྒྲོན་ས་བརྒྱད་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱས་  
པའི་ཕྱིར། དེས་ན་རྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཞིང་། རྟོགས་  
ཆོག་སྐྱབ་ངག་ཏུ་འཐད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྐྱ་མི་རྟོག་པའི་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་

སྐྱ་མི་རྟག་ ཅེས་པའི་ཕྱོགས་ཆིག་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་  
ཆིགས་བརྗོད་པའི་ཆིག་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་བྱས་པ་མེད་དེ། སྐྱ་མི་  
རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་རྟགས་ཀྱི་དོན་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་  
པའི་དོན་རྟགས་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཆིག་དེ་དག་ཀྱང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་  
གསུམ་ཆང་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱིད། དེས་ན་ཆིག་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས་སྐྱ་མི་  
རྟག་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་ཆིག་རང་གི་བརྗོད་བྱ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་མི་རུང་ན། སྐྱོབ་  
དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས། སྐྱ་བྱང་གི་རྗེས་དཔག་ཆང་མ་བཤད་པ་རི་ལྟར་  
ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། ཕྱོགས་ཀྱི་ཆིག་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱར་གྱུར་བའི་  
ཕྱོགས་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀྱང་། རང་སྐྱ་བ་པོའི་ཀྱན་སྤོང་གི་  
བསམ་པ་སྐྱོན་ཅིང་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་ཆང་མ་ཡིན་པའི་བྱིད།  
དེས་ན་ཆིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ལས་ཆིག་དེའི་བརྗོད་བྱ་རྟགས་པའི་སྐོ་ལ་སྐྱ་  
བྱང་གི་རྗེས་དཔག་ཅེས་མི་བཟུང་། ཆིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ལས་སྐྱ་བ་པོའི་  
རྒྱུད་ལ་བརྗོད་འདོད་ཡོད་པར་རྟགས་པའི་སྐོ་ལ་སྐྱ་བྱང་གི་རྗེས་དཔག་  
ཅེས་བཟུང་བ་ཡིན་པས་སྐྱོན་མེད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །

ཕྱོགས་ཆིག་དང་རྟགས་ཆིགས་གིས་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་མ་  
ཡིན་པར་མཚུངས་ཀྱང་། བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟགས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱས་པ་ཡོད་  
མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོད་དེ། ཕྱོགས་ཆིག་གིས་དངོས་བརྒྱུད་གང་གི་སྐོ་ནས་  
ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟགས་པ་བསྐྱེད་མི་བྱས་ཤིང་། རྟགས་ཆིག་གིས་བརྒྱུད་



ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་ཀྱས་པའི་བྱིར་རོ། །

རྟགས་དེ་དག་རིམ་པ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་ཅེས་པའི་ཕྱོགས་  
 ཆིག་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པ་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ལས་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དག་སྐྱའི་ངེས་པ་དངོས་སུ་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར། དེ་ཆོས་  
 ཅན། བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་། སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཀྱས་པ་  
 མེད་དོ། སྐབས་ཀྱི་བྱི་ཚོལ་གྱི་ངོར་སྤར་མ་བྱུང་ཅིང་། དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཙམ་བརྗོད་པའི་ཆིག་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་བརྗོད་པའི་ཆིག་ཆོས་ཅན། རང་ཉིད་ལ་སྐྱ་མི་  
 རྟག་པ་སྐྱབ་པའི་ཀྱས་པ་མེད་ཀྱང་བརྒྱད་ནས་སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟོགས་པ་  
 བསྐྱེད་ཀྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་སྐྱ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་ཀྱས་ཀྱི་ཚུལ་  
 གསུམ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་དག་ཡང་དག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཏན་ཆིགས་ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལ། རྒྱན་མཁན་པོ་  
 ལྟར་ན། ལུང་ལག་ལ་སྟོང་བའི་གཞུང་དུ་འཆད་ཅིང་། བོད་ཀྱི་རྒྱུ་བྱེད་མཐའ་  
 དག་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་དོ། །དེ་ལྟར་ན། བཤད་པའི་ཚུལ་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས། ཕྱོགས་ཆོས་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་བྱ་  
 དག་། བརྗོད་པ་ལས་གཞན་སྤང་བར་བྱ། ཞེས་བཤད་པའི་བྱིར། ཕྱོགས་ཆིག་  
 སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་  
 དཔོན་གྱིས། དེ་ལ་དཔག་བྱ་བསྟན་པ་ནི། གཏན་ཆིགས་དོན་གྱི་ཡུལ་དུ་  
 འདོད་ཅེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཆིག་དེས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྟོགས་པ་

བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་སྟོགས་དེ་ནི་བརྗོད་པར་བཤད་པས། སྟོགས་  
སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པར་བསྟན་ཅིང་། དེའི་སྟེར། སྟོགས་ཆིག་སྐྱབ་  
ངག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་བཞེད་པར་བྱུང་བོ། །

ཡང་ན། ཁོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
རིགས་པ་དེ་དག་མདོའི་ཆིག་གང་གིས་བསྟན་ཞེ་ན། དེ་ལ་དཔག་བྱ་བསྟན་  
པ་ནི། གཏན་ཆིགས་དོན་གྱི་ཡུལ་དུ་འདོད། ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྗེས་སུ་  
དཔག་པར་བྱ་བ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་  
དུ་བསྟན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བའི་སྟེར་རོ། །

འོན་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྟེར། དེ་ནི་དེས་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་མདོ་ཆིག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒར་  
བཤད་ཀྱི་རིགས་པ་རྣམས་མདོ་དང་སྟོར་བའི་གཞུང་ཆིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
ཡང་གཏན་ཆིགས་དོན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས། ཞེས་པ་ནི། གང་དང་སྟོར་བའི་  
མདོའི་ཆིག་སྐྱོས་པ་ཡིན་ལ། མདོ་དེ་ཡིས། དེ་ལས་ཐེ་ཚོམ་དག། །སྐྱེ་སྟེར་  
དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ཞེས་པའི་རིགས་པ་དེ་ཆིག་ཟིན་ལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
བར་བསྟན་པས། དེ་ཉིད་མདོ་སྟེ་བསྟན་པར་མ་བསྐྱབས་པར། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
བ་བརྗོད་པ་ཡིས། །བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རྒྱས་པ་མེད། ཅས་པའི་རིགས་པ་དེ་  
ཉིད་མདོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པར་སྐྱབ་པའི་སྟེར། གཏན་ཆིགས་དོན་གྱི་ཡུལ་  
ཉིད་ཀྱིས། །རྒྱས་མེད་དེ་ནི་བརྗོད་པར་བཤད། ཅས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལྟར་གཞུང་གི་དོན་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཁོ་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱས་པའི་

ཕྱོགས་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པའི་རིགས་པ་འདི་དག། གཏུག་ལས་  
 བཏུས་ལས་བཤད་པའི་རིགས་པའི་དོན་རྣམས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན། དེ་ལས་ཐེ་  
 ཚོམ་དག། སྐྱེ་ཕྱིར་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ཞེས་པ་འདི་ཉིད། གཏུག་ལས་  
 བཏུས་སུ། རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཁོ་ལོ་ཅག་  
 གིས་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བའི་  
 ཕྱིར་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་དུ་ཆུག་མོད། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བརྗོད་  
 པ་ཡིས། བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རུས་པ་མེད། ཅེས་པ་དེ། མདོ་ཆོག་གང་གི་  
 དོན་ཡིན་ཞེ་ན། བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རུས་པ་མེད་ཅེས་པ་དེ་ནི་གཏུག་ལས་  
 བཏུས་སུ། འོན་ཀྱང་གཏན་ཆོགས་གྱི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་  
 དེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་གྱིས་བརྗོད་ཅིང་བསྟན་པར་  
 བཤད་དེ། ཚུལ་གསུམ་གྱི་རུས་པ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བསྐྱབ་བྱར་  
 བསྟན་པས་རང་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པའི་རུས་པ་མེད་པར་འཕངས་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། ཞེས་བཤད་ན་ཞིན་ཏུ་འགྲིག་པར་མདོན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར། སློབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སློབ་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་མདོ་ཆོག་  
 འདི་དག་བྲངས་སོ། འོ་ན་བཤད་ཚུལ་སྤྲ་མའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཕྱོགས་ཆོས་  
 འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་བྱ་དག། བརྗོད་པ་ལས་གཞན་སྤང་བར་བྱ། ཞེས་པའི་དོན་  
 རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཕྱོགས་ཆོས་དང་། ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཆོགས་  
 དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་གྱི་འབྲེལ་བ་དག། བརྗོད་པ་ལས་གཞན་སྤང་བར་  
 བྱའོ། ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཞེས་པ་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྒྲེབ་

སྒྲོར་གྱི་དབང་གིས་ཆོས་ཞེས་པའི་བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བྱས་པའོ། །

འདིར་གཞན་དག་ན་རེ། རྟོགས་ཆོགས་དངོས་བརྒྱད་གང་གི་སྟོན་སྲོལ་  
ཀྱང་སྟོགས་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཞིང་། རྟགས་ཆོག་བརྒྱད་ནས་སྟོགས་གྱི་  
སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟར་ན། རྟགས་ཆོག་དེ་ཉིད་  
རང་གི་བརྗོད་བྱ་ཚུལ་གསུམ་གྱི་དངོས་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚོན་  
གྱིས་བརྒྱད་ནས་སྟོགས་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་  
སྟོགས་ཆོག་སྟོགས་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། ཚུལ་གསུམ་བརྗོད་  
པའི་ཆོག་དེ་ཚུལ་གསུམ་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་ཆོག་དེ་  
ཉིད་དངོས་སུ་རང་གི་བརྗོད་བྱ་གང་གི་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཀྱང་། བརྒྱད་  
ནས་སྟོགས་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ན། རང་ཡུལ་གང་ཡང་དངོས་སུ་མ་རྟོགས་ཀྱང་  
ཡུལ་གཞན་འབྲུགས་ལ་རྟོགས་པ་སྤིང་པར་ཐལ་ལོ། །

འོ་ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ཡིས། །བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རུས་པ་  
མེད། །ཅེས་པས་རྟགས་ཆོག་བརྒྱད་ནས་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་འཕངས་པ་མ་  
ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྒྲེ་བྱིར་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། །ཞེས་པས་རྟགས་ཆོགས་  
དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་འབྲུགས་ལ་འཕངས་པར་ཐལ་ལོ། །

དེས་ན། རུས་པ་མེད་ཀྱང་རུས་སྟོན་བྱེད། ཅེས་པས་ཀྱང་། རྟགས་  
ཆོག་རང་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཀྱང་། བརྗོད་བྱ་ཚུལ་གསུམ་པོ་དེ་སྐྱབ་བྱེད་  
གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་  
འཐད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། བརྒྱད་ནས་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་



ནོ། །

གཉིས་པ་སྟོགས་ཆིག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 དགག་པ་ནི། གལ་ཏེ་སྟོགས་ཆིག་དེ་ལའང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་རུས་པ་ཡོད་  
 དེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་ནི་འཇུག་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་དེ་ནི་སྤྱི་ཚོལ་གྱི་ཐེ་ཆོམ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱིས་བླངས་པའི་ཤེས་  
 པར་འདོད་པའི་བསམ་པས་སྐྱབ་བྱེད་འདྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབས་ལ་བརྟེན་  
 ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིར་ཚོལ་བསྐྱབ་བྱའི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཁས་ལེན་  
 པ་ན་ཡང་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་དེ་འཇུག་པར་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་ན། ཐེ་  
 ཆོམ་སོགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱུག་པ་མེད་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་དང་ཤེས་འདོད་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་མེད་པར་ཡང་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཉོགས་པའི་རྗེས་དཔག་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དེ་དག་བརྗོད་པ་སྐྱབ་ངག་གི་  
 ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་ཏེ། འདི་  
 ལྟར། རང་གི་ཡན་ལག་བསྐྱབ་བྱ་དངོས་སུ་སྐྱབ་པའི་རུས་པ་ནི་ཚུལ་གསུམ་  
 དག་ལ་ཡང་དག་གནས་ཤིང་ཚུལ་གསུམ་དེ་ལ་བྱན་པ་དངོས་སུ་བསྐྱེད་པ་  
 ནི་དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་ཉོགས་ཆིག་ལ་ཡང་དག་པར་གནས་པས་བསྐྱབ་བྱ་  
 དངོས་སུ་བརྗོད་པ་མེད་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་ཉོགས་པའི་རྗེས་དཔག་སྐྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་བསྐྱབ་བྱ་དངོས་སུ་བརྗོད་པ་མེད་ན་ཚུལ་གསུམ་བརྗོད་པ་དེ་

ཉིད་གང་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དུ་བརྗོད་པ་གོ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་བྱེད་པ་འཇུག་པའི་ཡུལ་བསྟན་པ་མེད་པར་  
ནི་གཏན་ཆིགས་འཇུག་པ་འཐད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་བྱེད་པ་འཇུག་པའི་ཡུལ་  
སྤྱོད་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དག་སྟོན་དུ་འགོ་བ་ཉིད་ལས་ནི་གཏན་ཆིགས་  
འཇུག་དགོས་པས་སྤྱོད་པ་ཆིག་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རུས་པ་བྱུང་བར་འདོད་  
དགོས་སོ། །

དེའི་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་པའི་རྗེས་  
དཔག་སྐྱེ་བ་མ་བྱུང་བོ་ཞེ་ན། ཏྲགས་ཀྱི་རུས་ཡུལ་གོ་བའི་སྤྱིར། སྤྱོད་པ་  
བརྗོད་པ་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་དང་པོར་བསྟན་མི་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་པ་དངོས་  
སུ་བརྗོད་པ་དེ་མེད་ཀྱང་ཁྱབ་པ་སྟོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་གྱིས་མཆོན་པའི་ཡན་  
ལག་གཉིས་ལྟར་གྱི་སྐྱབ་དག་དག་ལ་སྐྱ་ནི་བྱས་པ་ཡིན་ལ། གང་བྱས་པ་  
ཡིན་པ་འདི་འདྲ་ཀུན་མི་ཏྲག། དཔེར་ན། བུ་མ་པ་བཞེན། ཞེས་ནི་བརྗོད་པས་  
ཀྱང་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱ་ཆོལ་ལ་སྐྱ་དེ་ནི་འཛིག་སྟོ་སྟེ།  
སྐྱ་མི་ཏྲག་པ་དཔག་འདོད་ཡོད་པ་སྤྱིར་ཆོལ་གྱིས་གོ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར།  
དེས་ན་ཆིག་དེ་ལས་སྐྱ་ཆོལ་སྐྱ་མི་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པར་འདོད་པའི་འདོད་པ་  
ཡོད་པར་བརྗོད་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་བར་འགྱུར་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན་གྱི། སྐྱ་ཆོལ་གྱིས་ཆིག་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོལ་གྱིས་  
སྐྱ་མི་ཏྲག་པས་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །

ལྟ་དབང་སྟོའི་འགྲེལ་པར། བཤད་ཟིན་འདི་ལ་དེ་མེད་ཀྱང་། ཞེས་

བཏོན་ནས་ཕྱོགས་ཚིག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་  
ཅིང་། སྐྱབ་ངག་ཡན་ལག་གཉིས་ལྟན་འདི་ལ་ཕྱོགས་དངོས་སུ་བརྗོད་པ་དེ་  
མེད་ཀྱང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མན་ཆད་སྒར་ལྟར་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱབ་བཞི། རི་སྐྱད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཕྱོགས་སྐྱབ་  
ངག་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ནི་མེད་ན་ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་འགྲུབ་པ་ལ་ནི་  
གོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཕྱོགས་ཚིག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཞིང་།  
དེའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཀྱང་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་མ་ཆང་བར་  
འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་ཡང་མེད་ལ། ཚུལ་གསུམ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་  
བསྟན་ན་ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་ཏོགས་པའི་གོགས་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་ཚུལ་  
གསུམ་ལས་ཚུལ་གང་ཡང་རུང་བ་ཉིད་མ་བསྟན་ན། སྐྱབ་ངག་ཡན་ལག་མ་  
ཆང་བ་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །

གསུམ་པ་ཕྱོགས་ཚིག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ན། གཞན་གྱི་དམ་  
བཅའི་མཆན་ཉིད་ལ་སྐྱོན་འབྱུང་ཞིང་རང་གི་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་ལ་སྐྱོན་  
དེ་མི་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་ལ། གཞུང་གི་འབྲེལ་དགོད་པ་དང་། འབྲེལ་བ་  
ཅན་གྱི་གཞུང་དོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞན་ལུགས་དགག་པ་  
དང་། རང་ལུགས་བཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
བ་བརྗོད་པ་ཡིས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཕྱོགས་ཚིག་སྐྱབ་བྱེད་མ་  
ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་ཕྱི་གྲོལ་གྱི་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་སྐྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཕྱི་གྲོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཅམ་དམ་བཅའི་

མཚན་ཉིད་ཡིན་ན། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པའང་དམ་བཅའ་བརྗོད་  
པར་འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་ཚུད་པ་བཀོད་ནས། དེའི་ལན་སྟོན་པ་ནི།  
བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པར་དམ་བཅའི་བར། ཞེས་སོགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་བསྐྱབ་  
བྱ་བརྗོད་པ་སྟེ། མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱོད་པའི་ཚོལ་བ་  
དེ་ལ། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་བརྗོད་པར་  
ཐལ་བའི་སྟོན་འབྱུང་བ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཚོ། དེ་དག་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
དབང་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྤང་དམ་བཅའ་ཐལ་བ་མིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་  
ཞིང་། བྱད་པར་མེད་པར་བརྗོད་ན་ཡང་། ཞེས་སོགས་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་  
ཚུད་སྟོང་དུ་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། རང་གིས་སྤྱོད་ཚོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དམ་བཅའི་  
མཚན་ཉིད་དུ་སྤྱོད་སྤང་མ་སྤྱོད། མ་སྤྱོད་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་  
སྤྱོད་པའི་སྤྱིར། སྟོན་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་རིགས་ཀྱི། སྐབས་དོན་ལས་  
ནམ་པ་གཞན་དུ་འབྱུང་པར་བྱེད་པའི་ལན་དེ་ལྟ་བུས་ཅི་ཞིག་བྱ། གལ་ཏེ་  
སྤྱོད་ན། དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཤིན་ཏུ་འབྱུང་བ་སྟེ། རོ་བོ་ཁོ་ན་ཞེས་  
པའི་དོན་ལས་མ་གཏོགས་པར་རང་ཉིད་དང་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་  
དོན་མ་ཆང་བའི་སྤྱིར་རོ། ། དེས་ན་སྤྱོད་ཚོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཅམ་བརྗོད་པ་  
བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་ཉིད་དུ་རང་ལྟགས་ལ་ཁས་ལེན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི།  
རིགས་པའི་དབང་ལྟག་ནམ་གཉིས་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་དོ། །



ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། རིགས་པ་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་  
མཆན་ཉིད་དུ་ཁས་སྦངས་པ་དང་། རྟོགས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཁས་སྦངས་པ་ནང་  
འགལ་བར་འཕངས་པའི་སྟོན་རང་ལ་མི་འབྱུང་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
ཡང་རིགས་པ་ཅན་པ་ལ་སྟོན་བརྗོད་པའི་ཚུལ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པར་དམ་  
བཅའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ན། བསྐྱབ་བྱ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བྱོད་གྱིས་ཁས་སྦངས་  
པའི་བྱིར་དང་། བྱི་ཕྱོལ་གྱི་རོར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐྱབ་བྱེད་དུ་གྱུར་  
པའི་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་ཐལ་ལོ། །

དེ་འདྲོད་ན། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ཡང་དམ་བཅའ་ཐལ་ལོ།  
ཞེས་པ་ཡིན་ཞིང་། རང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་  
ཁས་སྦངས་པ་ལ་ཡང་སྟོན་དེ་མི་འབྱུང་ངམ་ཞེ་ན། དེད་གྱི་སྐྱབ་བྱ་བརྗོད་  
པར་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་མ་སྐྱས་མོད། སྐྱས་ན་ཡང་སྟོན་དེ་མི་འབྱུང་ངོ་  
ཞེས་སྟོན་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ནའང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

རིགས་པ་ཅན་འགོག་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི། ལྟག་ཚད་འབའ་ཞིག་ཡིན་  
ཏེ་འདི་ལྟར། བསྐྱབ་བྱ་བྱི་ཕྱོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་དང་། སྐྱབ་བྱེད་  
གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཁས་སྦངས་ཞིང་། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་  
དུ་ཁས་སྦངས་པས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པའི་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་  
མཆན་ཉིད་དུ་ཁས་སྦངས་པར་གྱུར་ན། ཚུལ་གསུམ་བྱི་ཕྱོལ་གྱིས་གྲུབ་པ་  
དང་། སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཁས་སྦངས་ཞིང་། ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་

རྟེན་ཆེན་ལྷན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པ་ན། སྐབས་བྱེད་དུ་གྱུར་པའི་  
གྲུབ་པ་ཚང་བ་རྟེན་ཆེན་ལྷན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་དགོས་པར་  
ཐལ་བའི་བྱེད་རོ། །

མདོར་ན། འདི་ན་སྟོ་སྒྲིབ་བ་བྱམ་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་དངོས་པོ་ཡིན་  
པར་ཁས་སྦྱངས་ན། དངོས་པོ་བྱམ་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ཞེས་  
བ་དང་། ཚུལ་མཚུངས་པ་ཡིན་པས་རྩལ་གྱི་ཁྱོད་ན་ཅེ་བའི་བྱེད་པའི་རིགས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ནི། རིགས་པ་ཅན་གྱིས་སྟོགས་ཆིག་  
སྐབས་དག་གི་ཡན་ལག་དུ་སྦྱས་པ་ལ། སྟོགས་ཆིག་སྐབས་དག་གི་ཡན་ལག་  
ཡིན་པ་མི་འཐད་དེ། སྟོགས་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་ཞེས་  
བྱས་པས་སྟོགས་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་ཁས་སྦྱངས་ན་སྟོན་ཅི་  
ཡོད་ཟེར་ན། དེ་ལྟར་ཁས་སྦྱངས་ན། ཁྱོད་རང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་  
བཅའི་མཆོན་ཉིད་དུ་སྦྱས་པ་ལ། དཔེ་རྟེན་ཆེན་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅར་  
ཐལ་བའི་སྟོན་འབྱུང་དོ། ཞེས་བརྗོད་ནས་སྟོན་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་  
མཆོན་ཉིད་ལ་མི་མཚུངས་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཆིག་ཆོགས་  
སྦྱང་བའི་བྱེད་དུ་གཞན་གྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་ལ་སྟོན་འབྱུང་བའི་ཚུལ་  
སྟོན་པའི་གཞུང་ལོགས་སུ་མ་བཀོད་པར། རང་གི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་ལ་  
སྟོན་དེ་མི་མཚུངས་པའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་གཞུང་གི་བྱས་པས་འཕངས་པ་ཡིན་  
ནོ། །

དེ་ལ་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་སྐྱས་པའི་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་ལ་སྟོགས་  
 སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཁས་སྦངས་ན། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་  
 དམ་བཅའ་ཐལ་བའི་སྟོན་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ནི། སྟོགས་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་  
 སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་དང་། སྟོགས་གཉིས་ཀ་ད་ལྟ་  
 སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བཀོད་པ་དང་། བྱི་ཚྭ་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་པར་འབྱུང་ལ། དེ་འདོད་ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་  
 ཅན། སྐྱ་རྟག་མི་རྟག་ཐེ་ཆོམ་བཟ་བའི་བྱི་ཚྭ་གྱི་ངོར། སྐྱ་མི་མི་རྟག་སྟེ།  
 གཟུགས་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་སྟོ་བཞིན། ཞེས་བཀོད་པ་ནི། དེ་འབྲའི་  
 རྟགས་དཔེ་དང་སྐྱ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་མིན་གྱི་བྱུང་པར་མེད་པར་ཐལ།  
 དེའི་ཆེ་ན། དེ་འབྲའི་རྟགས་དཔེ་དང་སྐྱ་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་  
 ཡན་ལག་ཏུ་བཀོད་བཞིན་པ་དང་། བྱི་ཚྭ་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་པར་བྱུང་པར་མེད་པའི་བྱིར། དེ་འདོད་ན་དེའི་ཆེ། དེ་འབྲའི་དཔེ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ཡང་ཆོས་ཅན། དམ་བཅའ་ཡིན་པར་ཐལ། བསྐྱབ་བྱ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་བྱུང་ན། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་མཆན་  
 ཉིད་ཡིན་པ་འགལ་ལོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་གཞུང་དོན་བཤད་པ་ནི། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན།  
 བྱེད་རང་གིས་བྱུང་རིགས་སྟོར། བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་  
 སྐྱས་པའི་བྱིར། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ཐལ་བའི་སྟོན་དེ་  
 དག་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བྱིར་དུ། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་

ནའང་། ཞེས་བཏོན་ནས་ཁོ་ཐོ་ཅག་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་མཚན་  
ཉིད་དུ་མི་སྦྲེལ་མོད། སྦྲེལ་སྲུ་ཟེན་ནའང་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་  
བཅའ་ཐལ་བའི་སྦྲོན་དེ་མེད་དོ། ། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་ཀྱང་། ལྟ་དབང་སྒྲིའི་  
འགྲེལ་པར། བསྐྱབ་བྱ་སྦྲོན་པ་དམ་བཅའ་པར། །སྦྲེལ་བའི་སྦྲོན་དེ་འཐད་མིན་  
ཏེ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར། རིགས་པ་ཅན་པ་  
བསྐྱབ་བྱ་སྦྲོན་པ་དམ་བཅའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་སྦྲེལ་བའི་སྟོགས་ལ་དཔེ་  
རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྦྲོན་འཕངས་པ་དེ་  
ཁོ་ཐོ་ཅག་ལ་འབྱུང་བ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་རིགས་  
པ་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་སྦྲོན་པ་དམ་བཅའི་མཚན་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པ་ལ།  
དཔེ་དང་གཏན་ཆོགས་ལྟར་སྦྱང་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ཐལ་བའི་སྦྲོན་འཕངས་  
པ་དེ་ཁོ་ཐོ་ཅག་ལ་ཡང་འབྱུང་བར་མཚུངས་པ་མིན་པར་ཐལ། རིགས་པ་  
ཅན་གྱིས་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་སྟོགས་དང་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་  
ཀ་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་པོ་དེའི་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་མ་གྲུབ་  
པ་ཡིན་པར་ཁས་སྦྱངས་ཤིང་། ཁོ་ཐོ་ཅག་གིས་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་  
སྟོགས་ཡིན་ན། སྦྱོར་བ་དེ་སྦྱོར་གྱི་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
པར་ཁས་སྦྱངས་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ། འོན་ཀྱང་བྱེད་ཀྱིས་རིགས་སྦྱོར་བསྐྱབ་  
བྱ་སྦྲོན་པ་དམ་བཅའི་མཚན་ཉིད་དུ་སྦྲེལ་པ་ལ་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་  
སྟོགས་ཆོག་དང་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་  
པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་གམ་སྟུམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་སྦྱེ་བའི་གནས་ཡོད་པའི་



ཕྱིར། སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་གི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ཡང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་དམ་བཅར་འགྱུར་རོ་སྟམ་པའི་དོགས་པ་མི་  
 ཚོད་དོ་ཞེ་ན། རིགས་སྐྱོར་དམ་བཅའི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པ་ན། ཁོ་ན་ཞེས་པའི་  
 དེས་གཟུང་གི་ཚིག་གི་བྱད་པར་མེད་པར་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའི་  
 མཚན་ཉིད་དུ་སྐྱིར་བརྗོད་ན་ཡང་། དེ་གཉིས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པར་རིགས་  
 གཅིག་གམ་སྟམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་སྟེད་དེ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་རིགས་  
 སྐྱོར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འདོད་པར་གྱུར་པ་ཞེས་དེས་གཟུང་གི་བྱད་  
 པར་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པར་རིགས་  
 གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན། ཏེ་ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་བྱད་པར་བཅས་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།  
 རིགས་གཅིག་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་མི་འགྱུར། ཞེས་པའི་རྒྱས་པ་ཁོང་ནས་འབྱེན་པར་  
 བྱེད་དོ། །

ཡང་ན་འདི་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་གི་ཕྱོགས་  
 དང་། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་ཀ་སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་པོ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་བྱད་པར་མེད་པར་བརྗོད་ཅིང་ཁས་སྦངས་ན་ཡང་  
 སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་པོ་དེའི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དམ་  
 བཅར་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚིག་གཉིས་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚིག་གུང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་

ལྷར་སྤར་བརྗོད་པའི་ཆོག་ཡིན་པར་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་མ་  
གྲུབ་པའི་རྟགས་བརྗོད་པའི་ཆོག་དང་། དེ་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་མ་  
གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་པའི་སྟེར། དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་བྱད་  
པར་ཡོད་པར་བརྗོད་ན་ནི། རིགས་གཅིག་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་མི་འགྱུར། ཞེས་བཤད་  
པར་བྱའོ། །

ཡང་ན་འདི་ལྷར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེད་དང་རིགས་པ་ཅན་གཉིས་  
ཀས་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་བྱད་པར་མེད་པར་བརྗོད་  
ཅིང་ཁས་སྦངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་དམ་བཅའི་  
མཆན་ཉིད་དེ་ཁས་སྦངས་པ་ལ་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་  
པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་བའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། རིགས་པ་ཅན་  
གྱིས་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་ཕྱོགས་དང་། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་ཀ་  
དེ་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་ཏུ་  
ཁས་སྦངས་པའི་སྟེར། དེད་གྱིས་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དེ་ཁས་སྦངས་ཀྱང་།  
དེ་འདྲའི་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་བའི་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་དེར་རིགས་གཅིག་  
མ་ཡིན་པར་ཁས་སྦངས་པའི་སྟེར། དེ་ལྷར་ན། བྱད་པར་མེད་པར་བརྗོད་ན་  
ཡང་། །རིགས་གཅིག་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་འགྱུར་ཏེ། །རིགས་གཅིག་མིན་ལ་སྟེ་མི་  
འགྱུར། ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་། བ་ལང་དང་བ་མིན་ལྟ་བུ་རིགས་གཅིག་བདག་ལ་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་  
བ་འགྱུར་གྱི། རིགས་མི་མཐུན་པ་དག་ནི་ཐེ་ཚོམ་སྟོན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། སྐྱབ་བྱེད་དུ་མ་གྱུར་པ་ཞེས་པ་བྱེད་པར་གྱི་ཆོག་མེད་པར། བསྐྱབ་བྱ་  
བསྐྱན་པ་དམ་བཅའ་འོ་ཞེས་སྐྱིར་བཟོད་ན་ཡང་། དཔེ་ཏྲགས་མ་གྱུབ་པ་  
བཟོད་པ་དམ་བཅའ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
ཞིང་ཅིག་འོས་ནི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པས་རིགས་མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
ཟེར་རོ། །

རིགས་མི་གཅིག་པ་ཅམ་གྱིས་ཐེ་ཆོམ་མི་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་དེ། སྐྱ་ཏྲག་  
པ་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ། བྱེད་ལ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ངེས་བཟུང་གི་ཆོག་  
དང་བཅས་ཏེ་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་སྐྱས་པས། དཔེ་ཏྲགས་མ་གྱུབ་པ་དང་།  
སྟོགས་གཉིས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་མ་གྱུབ་པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་པ་  
ཞེགས་ཀྱང་། མ་གྱུབ་པ་ཅམ་དུ་རིགས་གཅིག་པ་མ་ཞེགས་པས། དཔེ་  
ཏྲགས་མ་གྱུབ་པ་བཟོད་པ་དམ་བཅའ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་བ་མི་ཞེགས་སོ། །ཞེ་ན།  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་མ་གྱུབ་པ་ཡིན་པར་རིགས་གཅིག་པ་ལས་གཞན་དུ་  
མི་གཅིག་ཀྱང་། མ་གྱུབ་པ་ཅམ་དུ་རིགས་གཅིག་པས་དམ་བཅའ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་  
ན། རྩ་མཁན་རྩ་བུམ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་བཟོད་པ་ཀུན་ཡང་དམ་བཅའ་  
བར་ནི། ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་སྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་དག་ཏུ་འདོད་པ་གཞན་དག་ལ་ཡང་། དཔེ་  
ཏྲགས་མ་གྱུབ་པ་བཟོད་པ་དམ་བཅའ་བར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་མེད་དོ། ཕྱི་རྒྱལ་  
གྱིས་བྱུབ་ཟིན་བཟོད་པ་བསྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་

ལྷར་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པའི་ཆོག་དག་ཆོས་ཅན། ཅི་ལྷར་ཡང་སྐྱབ་  
བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱི་རྒྱལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་  
པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

བཞི་པ་འབྲེལ་བྱེད་གཞན་གྱིས་ཕྱོགས་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་  
ཡིན་པ་འགོག་པའི་ཚུད་ལན་འབྲེལ་མེད་དུ་བསྟན་པ་ནི། མང་པོ་ལེན་གྱི་བྱ་  
ལ་སོགས་པ་རིགས་སྒྲིའི་རྒྱལ་བྱེད་པ་དག་གིས་ཕྱོགས་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་  
ཡན་ལག་ཏུ་འདོད་པ་འགོག་པ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་ན་རེ། ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོག་  
ནི་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ། ལྷར་སྒྲུབ་བ་དང་བཅས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
པའི་དུས་སུ་བརྗོད་པའི་བྱིར། གཏན་ཆོག་དང་དཔེའི་ཆོག་བཞིན་ནོ། །

ཞེན་ཞེས་པའི་ཕྱོགས་སྒྲུབ་པ་བཞེད་ནས། དེ་ཉིད་འགོག་པ་ན། མངོན་  
སུམ་གྱིས་མ་ངེས་སོ་ཞེས་པའི་སྟོན་སྟོན་ཅིང་། དེའི་ལན་དུ་རིགས་པ་ཅན་  
པ་ན་རེ། ཆོག་མིན་པ་ཞེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱེད་པར་སྦྱར་རོ། །ཞེན། ཞེས་  
དོགས་པ་བསྐྱབ་པའི་འགལ་སྟོང་བཞེད་ནས། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྷ་བྱའི་  
རྟགས་ཀྱི་བྱེད་པར་སྦྱར་ཡང་སུན་འབྱེན་གྱིས་མ་ངེས་སོ། ། ཞེས་པའི་  
སྟོན་བརྗོད་པར་བྱེད་ཅིང་། དེའི་ལན་དུ་རིགས་པ་ཅན་པ་ན་རེ། སུན་འབྱེན་  
པ་ཡིན་པ་ཞེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱེད་པར་སྦྱར་རོ་ཞེན། ཞེས་སོགས་གཞན་  
ཀྱི་ཕྱོགས་སྒྲུབ་པ་དང་སྟོན་སྟོང་རིམ་པར་བཞེད་པ་རྣམས་དང་། དེ་དག་གི་  
ལན་དུ་སུན་འབྱེན་རིམ་པར་བརྗོད་པ་དེ་རྣམས་ནི། མཁས་པའི་བཞད་གད་  
ཀྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་དོགས་སྟོང་རིམ་པར་བཞེད་ནས་དེ་ལ་



འབྲེལ་མེད་གྱི་ལན་རིམ་པར་བཏབ་པའི་སྒྲིབ་རྒྱུ། །

དེ་ཡང་དོགས་སྒྲོང་རིམ་པར་བཀོད་པ་རྣམས་ནི་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་  
 རྟོགས་ཆོག་སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་རྩ་བའི་རྟགས་འགོད་  
 པའི་དུས་ཉིད་ནས་རྟགས་གྱི་བྱད་པར་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་དེ་ལྟར་ཡོད་པར་  
 མ་གོ་བར། རྩ་བའི་རྟགས་འགོད་པའི་ཆེ་མེད་ཅིང་། སྒྲིབ་མ་ངེས་པ་འཕངས་  
 པ་ན། རྟགས་གྱི་བྱད་པར་འདི་དག་རིམ་པ་བཞིན་དོགས་སྒྲོང་དུ་བཀོད་པར་  
 རིགས་སྒྲོའི་འབྲེལ་བྱེད་རང་ཉིད་གྱིས་རང་བཟོ་བྱས་པ་ཡིན་པས་རིགས་པ་  
 ཅན་གྱི་ཞེ་འདོད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་། ཞེ་འདོད་ཡིན་པ་བཞིན་མ་གོ་བར་  
 མིན་པ་བཞིན་བཀོད་པའི་སྒྲིབ་རྒྱུ། །

དེ་ཡང་རྟགས་གྱི་བྱད་པར་དེ་དག་དང་པོ་ནས་ཡོད་པའི་ཚུལ་ནི། ལྟར་  
 ལྟར་བ་དང་བཅས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ། ཞེས་  
 བཀོད་པ་ན། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཞེས་པས་སུན་འབྲིན་མ་ངེས་པར་འཇུག་པ་  
 སྤངས་ཟིན་ཅིང་། བརྗོད་ཅེས་པས་ཆོག་ཡིན་པར་བསྟན་ནས་མངོན་སུམ་མ་  
 ངེས་པར་འཇུག་པ་སྤངས་ཟིན་པའི་སྒྲིབ་རྒྱུ། །དེ་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་གྱིས་  
 མ་ངེས་ཞེས་པ་དང་། སུན་འབྲིན་གྱིས་མ་ངེས་ཞེས་པའི་ལན་རིམ་པ་གཉིས་  
 པོ་དེ་ཡང་རིགས་པ་ཅན་པའི་འདོད་པ་བཀོད་པ་དེ་ལ་གཞོན་བྱེད་དུ་འབྲེལ་  
 བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།

འབྲེལ་མེད་ཆོས་ཅན། སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ། ལྟར་སྐྱབ་བ་  
 དང་བཅས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ། ཞེས་པ་ལ། མངོན་

སུམ་ཆོས་ཅན། སྐབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་ཐལ། ལྟར་སྒྲང་བ་དང་  
བཅས་པ་བསྐབ་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་བརྗོད་པའི་བྱིར། ཞེས་འཕངས་ཀྱང་།  
རིག་པ་ཅན་གྱིས་ཐལ་འགྱུར་དེ་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་གྱི་ལན་དོན་མ་ཐུན་ཐེབས་  
པའི་བྱིར་དང་། མདོན་སུམ་ལྟར་སྒྲང་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་པའི་བྱིར། ཞེས་  
བཀོད་ན་བྱུང་བ་དེའི་ཁས་ལེན་ལ་མི་འགྲོ་བའི་བྱིར་རོ། །

འོ་ན་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་སྟོགས་ཆིག་སྐབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ།  
སྐབ་ངག་ལྟར་སྒྲང་དང་བཅས་པ་སྐབ་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་བརྗོད་པའི་བྱིར།  
ཞེས་པ་འདི་ལ་གཞོད་བྱེད་རི་ལྟར་བསྟན་པར་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་དེ་ནི་རིགས་  
པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་ཆིག་སྐབ་ངག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་སྐབ་པའི་  
རྟགས་དེ་ལྟ་བུ་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པར་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར།  
མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པ་མེད་པའི་རྟགས་ཀྱང་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་སྒྲར་རང་དོན་ལེན་ལུང་བཤད་བྱིན་ཏོ། །སྐབས་འདིར། རྒྱ་འགྲེལ་  
ནམས་སུ། འདོན་པ་ནི་འདོན་པ་གཞན་སྟོན་དུ་སོང་བའོ། །ཞེས་སྟོན་པ་བ་  
བེར་བ་ལ། རྒྱས་པས་སྟར་ཏེ་འདོན་པས་མ་ངེས་པར་བཙོད་པ་ན། རིག་བྱེད་  
བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་ལན་བརྗོད་ན། རིག་བྱེད་ལ་བྱེད་པར་ཅི་  
ཞིག་ཡོད། གང་ཞིག་གཞན་དུ་གཞོད་པར་མི་རུས་པའོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་ལན་མ་  
ཡིན་ཏེ། མི་མ་ཐུན་པའི་སྟོགས་དང་འགལ་བ་མེད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས་ནི། དེ་  
ལས་གཏན་ཆིགས་བསྟོག་པར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་རིག་བྱེད་དགག་པའི་  
སྐབས་སུ་གསུངས་པའི་རང་འགྲེལ་གྱི་ཆིག་དེ་དག་བྲངས་པ་ནི། རྟགས་མི་

མ་སྐྱོན་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱོད་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
དག་ཡིན་པ་འགོག་པའི་མཚན་བྱེད་དུ་བྲངས་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །

ཐོད་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་མང་པོས། རིགས་པ་ཙན་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཆོག་སྐྱབ་དག་  
གི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་། དེའི་སྐྱོན་སྤོང་རིམ་པ་གཉིས་པོ་དེ་  
ལྟར་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཆ་ནས་རིགས་སྤོང་འབྲེལ་བྱེད་མཁས་པའི་བཞད་གད་ཀྱི་  
གནས་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་སྐྱོན་སྤོང་དེ་དག་སྤྱོད་པ་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་  
ལག་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་སྐྱོན་སྤོང་དུ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱབ་  
བྱེད་དེས་སྤྱོད་པ་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་སྐྱབ་མི་རུས་ཤིང་།  
སྐྱོན་སྤོང་དེ་དག་གིས་ངའི་སྐྱོན་སྤོང་མི་རུས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་འཆད་པ་ནི་དེ་  
བས་ཀྱང་མཁས་པའི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། སྤོང་དཔོན་ཆོས་གྲགས་  
ཀྱང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་རུས་ཡོད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་  
ཆ་ནས་མཁས་པའི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱོད་པ་ཆོག་ལ་  
བརྟེན་ནས་རྟགས་ཆོག་འཇུག་པ་དེ་སྤྱོད་པ་ཆོག་སྐྱབ་དག་གི་ཡན་ལག་ཡིན་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར། གཞུང་འདི་ཉིད་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
འཆད་ཤེས་པ་སྤོང་ཆད་གངས་རིའི་ཁྲོད་དུ་མ་བྱུང་བར་སྒྲུང་དོ། །

བརྟེན་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བརྟེན་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ་ལ་འུགས་ཀྱི་བསྟན་  
བྱ་བསྐྱབ་བྱའི་རང་བཞིན་བཤད་པ་དང་། དངོས་ཀྱི་བསྟན་བྱ་རྟགས་ཀྱི་རབ་  
དབྱེ་བཤད་པ་གཉིས།

ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བྱ་བསྐྱབ་བྱའི་རང་བཞིན་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ། རང་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ། གཞན་  
ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་དགག་པ། གཞན་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་  
གི་དཔེ་དགག་པ་དང་གསུམ།

རང་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ། རྟོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གསུངས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་  
དང་། མཆོན་ཉིད་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ།  
རྟོགས་སྐྱབ་དག་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་བྱ་མ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད་གཞན་  
དོན་རྗེས་དཔག་གི་སྐབས་སུ་རྟོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འཆད་ཅེ་ན། རྟོགས་ནི།  
སྐྱབ་བྱེད་ཚུལ་གསུམ་བརྗོད་པའི་ལྷགས་ལ་རྟོག་པར་བྱ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་  
ཡིན་པས། སྐྱབ་དག་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་བྱ་མ་ཡིན་ཡང་། གཞན་དག་  
རྟོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་མཐོང་བས། དེ་དག་གི་ཚིངས་པ་  
མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྟོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མཆོན་ཉིད་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་  
ཆོག་ཟུར་དང་པོ་བཞིའི་དོན་བཤད་པ་དང་། ཆོག་ཟུར་ཐ་མ་མ་བསལ་བའི་  
དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཆོག་བཞིའི་དགོས་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
རྟོགས་དཀའ་བའི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས།

དང་པོ་ནི། ཆད་མ་མདོར། རོ་བོ་ཁོ་ན་རང་ཉིད་དང་། །འདོད་དང་མ་



བསལ་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་གཞན་དོན་བསྟུན་བྱའི་མཆན་ཉིད་གསུངས་པ་  
 དེ་ལ་ངོ་བོ་དང་། ཁོ་ནའི་ཆིག་སྟངས་དང་། བདག་ཉིད་དང་། འདོད་པ་ཞེས་པ་  
 གཞན་དོན་བསྟུན་བྱའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་གི་ཟུར་བཞི་ཡིས། གཞན་དོན་  
 བསྟུན་བྱའི་ན་གང་ལ་བསྟུན་བྱར་སོང་བའི་ཕྱི་ཚོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
 དེའི་ཆེ་སྟུན་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་མིན་པ་དང་། དངོས་སུ་སྟུན་དག་གིས་མ་  
 བཟོད་ཀྱང་། དོན་གྱིས་བསྟུན་བྱར་བཟོད་པ་དང་། ཚོལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
 བསྟུན་བྱར་ཁས་སྦྱངས་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །ཞེས་པ་རྣམས་ཡོངས་གཅད་ཀྱི་  
 དགོས་པར་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མཉན་བྱའི་ན་ལྟ་བུ་གྲུབ་ཅིན་  
 པ་དང་། མ་གྲུབ་ཏུ་ཅིན་ཀྱང་དེའི་ཆེ་སྟུན་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་དཔེ་དང་གཏན་  
 ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཅམ་ལྟ་བུ་ཚོལ་བའི་  
 འདོད་ལུལ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚོལ་བ་རང་གིས་དེའི་ཆེ་ཁས་སྦྱངས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཕྱོགས་ཡིན་པ་རྣམ་  
 པར་བཅད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྐབས་འདིར་མ་བསལ་བའི་ཆིག་གི་དགོས་པ་མ་གསུངས་པ་  
 བློ། དེ་ཉིད་བཤད་པའི་གཞི་ཆེ་བས། འདིར་ཆིག་གཞན་དག་གི་དགོས་པ་  
 དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་མ་བཤད་པར་ཟུར་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་ཁོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་སེམས་ཏེ། རང་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཡང་  
 དག་གི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྦྱང་གི་  
 དཔེ་བཤད་པ་དང་། གཞན་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད་

དགག་པ་དང་། གཞན་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུབ་གི་དཔེ་དགག་པ་སྟེ།  
རྣམ་པ་བཞིར་འགྱུར་བ་ལས། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་  
བྱུང་མ་བསལ་བ་དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་འཆད་པ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
ལྟར་སྒྲུབ་གི་དཔེ་རྒྱས་པར་འཆད་པ་བྱེད་པ་གཅིག་པས། དེའི་སྤྱིར་མ་  
བསལ་བ་ལོགས་སུ་བཀར་ནས་བསྐྱོག་སྤྱོད་པས་བསལ་བ་དང་བཅས་ཏེ་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

བྱེད་པ་གཅིག་གིས་འགྱུར་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་མ་བསལ་བའི་དོན་  
རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལ། དེའི་བསྐྱོག་སྤྱོད་པས་བསལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་  
དགོས་ཏེ། དགག་བྱ་མ་ཤེས་པར་དེ་བཅད་པའི་དགག་པ་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །བསལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ན། དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུབ་གི་དབྱེ་བ་ཡང་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དམ་བཅའ་གང་གི་དོན་ལ་ཆད་མ་དང་། ཁས་  
ལྷངས་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་དེ་ཉིད་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུབ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

བོད་སྤྱི་མ་ཁས་ཅིག་ན་རེ། ཆད་མས་བསལ་བ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
བྱའི་མཚན་ཉིད་འཇུག་མི་འཇུག་དཔྱེད་པའི་གཞིར་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་  
སྐབས་འདིར་མ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་དེ།

གངས་ཅན་སྤྱི་ཏྲག་པ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱུང་ཁས་ལེན་པའི་ཆོ། སྤྱི་  
ཏྲག་པ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་འགོག་པ་དང་། མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་  
ཏྲགས་ཡང་དག་མི་སྤྱི་དཔར་ཐལ། ཆད་མས་བསལ་བ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
བྱའི་མཚན་ཉིད་འཇུག་མི་འཇུག་དཔྱེད་པའི་གཞིར་མི་རུང་དགོས་པའི་

ཕྱིར། དེས་ན་རྒྱུ་གྱེད་གཞན་དག་གིས། སྐབས་འདིར་རང་ལུགས་ཀྱི་  
གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས།  
རྒྱས་བཤད་ལ། འདོད་པ་དང་། རང་ཉིད་དང་། མ་བསལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་གསུམ། ཞེས་པའི་བསྐྱབ་དོན་འགོད་པ་ནི། གཞུང་གི་ཆོག་ཙམ་ལ་ཡང་  
མ་བརྟགས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་མདོར་བསྟན་དུ། མ་བསལ་བ་མདོར་བསྟན་པ་  
མེད་པར་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་བཤད་བཀོད་ན། ཅོམ་པ་པོ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་བརྒྱ་  
ལ་མ་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། མདོར་བསྟན་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྟོགས་སྒྲ་བ་ལ་བསམས་  
ནས་དེའི་རྒྱས་བཤད་མི་བྱེད་པ་ནི། བསྟན་བཅས་མཁན་པོ་དག་གི་ལུགས་  
ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཀྱང་། མདོར་བསྟན་མེད་པའི་རྒྱས་བཤད་དང་། རྒྱས་  
བཤད་མེད་པའི་དོན་བསྐྱབ་སོགས་ནི་ལུས་མེད་པའི་ཡན་ལག་དང་འདྲ་བར།  
རང་ཉིད་ངོ་ཆ་བའི་གནས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མདོར་བསྟན་དུ་མ་བསལ་བ་མི་སྒྲོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཆད་  
མས་བསལ་བ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་འཇུག་མི་འཇུག་དཔྱེད་  
པའི་གཞིར་མི་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་པར་སྒྲས་ནས། རྒྱས་བཤད་དུ། བསྐྱབ་དོན་  
དེ་ལྟར་འགོད་པ་ནི་ཁས་སྒྲངས་ནང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན་  
འདོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་བཤད་དང་། མ་བསལ་བའི་རྒྱས་བཤད་  
རྒྱན་གཅིག་ཏུ་འཆད་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཆད་མས་བསལ་བ་གཞན་དོན་  
བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་འཇུག་མི་འཇུག་དཔྱེད་པའི་གཞིར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར།  
རྟོགས་གསལ་དངོས། མ་བྱུང་ན། དེ་ཡིན་པ་ལ། ངོ་མོ་ཆོག་པ་བདག་ཉིད་

འདོད། །ཅེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མ་བསལ་བ་མདོར་བསྟན་མི་འཆད་པས་  
བྱུང་བ་བྱད།

འོ་ན། ཆོག་བྱར་བཞིའི་དགོས་པ་འཆད་པ་ན། མདོར་བསྟན་དང་།  
རྒྱས་བཤད་གཉིས་སུ་བྱས་ནས། མ་བསལ་བའི་དགོས་པ་འཆད་པ་ལ།  
མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་གཉིས་མི་བྱེད་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཤིན་ཏུ་ཡོད་དེ།  
ཁས་སྤངས་དེ་ཡང་། ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ནི་མ་བསལ་བ་མདོར་  
བསྟན་ཡིན་ཅིང་། ལྷག་མ་རྣམས་དེའི་རྒྱས་བཤད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འོ་ན་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་ཡང་། རང་ཉིད་དང་། འདོད་པ་གཉིས། རང་  
ཉིད་དང་པོར་སྒྲིམ་ཤིང་། འདིར་ཡང་མདོར་བསྟན་ཀྱི་སྐབས་སུ། རོ་བོ་ཆོག་  
སྤང་བདག་ཉིད་འདོད། ཅེས་རང་ཉིད་དང་པོར་སྒྲིམ་པ་ལ། དགོས་པ་འཆད་  
པའི་ཆོ། སྐོལ་བས་ཁས་སྤངས་པ་བརྒྱུད་དོ། །ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་ཐ་  
མར་སྒྲིམ་ཤིང་། རྒྱས་བཤད་དུ་ཡང་འདོད་པ་རྒྱས་བཤད་ཀྱི་མཁུག་ཏུ། རང་  
ཉིད་རྒྱས་བཤད་འབྱུང་བའི་སྤྱིར། བཤད་བྱ་དང་འཆད་བྱེད་གོ་རིམ་མི་  
མཐུན་པ་དང་། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་གོ་རིམ་མི་མཐུན་པའི་སྒྲིན་  
དུ་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། མདོར་བསྟན་ཀྱི་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་  
དང་པོར་སྒྲིམ་པ་ནི། རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ཆོག་དང་།  
ཆོག་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་བསྟན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རང་ཉིད་ཅེས་པའི་  
ཆོག་གིས་གཞན་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཡིན་



པ་གཙུག་པ་དེ་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ཚིག་དང་སྤང་པ་ལ་རག་ལས་པའི་སྤྱིར་ཉེ།  
འདི་ལྟར་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ཚིག་ནི། ཚིག་གཞན་དང་སྤང་ན་དོན་སྟོན་གྱི། མ་  
སྤང་ན་མི་སྟོན་པས། དེའི་སྤྱིར་ཚིག་སྤང་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཞེས་པའི་  
ཚིག་དང་སྤང་པ་ལས། བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་ནར་ཞེས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། ད་ལྟ་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གཙུག་ཅིང་། རང་ཉིད་  
ཅེས་པའི་ཚིག་དང་སྤང་པ་ནི་ཁྱོལ་བ་ཁོ་ནས་ཁས་སྤངས་པ་ཞེས་པར་འགྱུར་  
བས། བསྐྱན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་གཙུག་  
རྒྱས་པ་ཡིན་གྱི། རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཚིག་དེ་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ཚིག་དང་མ་སྤང་  
ན། ཁྱོལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་ཞེས་པ་ཅམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་  
ཚིག་ དེས་བསྐྱན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཁྱོལ་བ་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་པས་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་དུ་  
དོགས་པ་མི་ཚོད་དོ། །

དེས་ན་ཁྱོལ་བ་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་ཁས་སྤངས་པ་ཞེས་པ་གོ་བ་ལ། ཁོ་  
ན་ཞེས་པའི་ཚིག་དང་སྤང་དགོས་པས། རང་ཉིད་ཅེས་པ་འདོད་པའི་ཐོག་  
མར་སྟོས་པ་ཡིན་ཉེ། འདོད་པ་ཐོག་མར་སྟོས་ན། རང་ཉིད་དང་ཁོ་ནའི་བར་  
དུ་འདོད་ཚིག་གིས་ཚོད་པས་དེ་གཉིས་སྤང་དགོས་པར་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དགོས་པ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་འདོད་པའི་དགོས་པ་སྟོན་  
ལ་བཤད་པ་ནི། འདོད་ཚིག་གི་དགོས་པ་ཁྱོལ་བ་རང་གི་ཞེ་འདོད་མ་ཡིན་  
པའི་དོན་ནམས་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གཙུག་པ་ཡིན་ཅིང་། རང་ཉིད་

ཀྱི་དགོས་པ་ནི་གཞན་བསྟན་བཅས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཕྱོགས་ཡིན་པ་  
གཙོད་པ་ཡིན་ལ། རྟོན་པའི་འདོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་བྱབ་བྱེད་དང་། གཞན་  
བསྟན་བཅས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་དེའི་བྱབ་བྱ་ཡིན་པས། བྱབ་བྱེད་དང་  
པོར་བཀག་ན། བྱབ་བྱ་དགག་སྒྲ་བར་དགོངས་ནས། མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་  
བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ། འདོད་པའི་དགོས་པ་སྒྲར་སྒྲོས་ཞིང་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་  
པ་ཕྱིས་སྒྲོས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་འདི་དག་གིས། གཞུང་ལུགས་བྱི་དོར་  
མད་དུ་བྱུང་བ་བགྱིས་པ་ལ། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་ལྷན་དགྱེས་པར་  
གྱུར་ཅིག །

དེ་ཡང་ཀུན་ལས་བཏུས་ཀྱི་གཞུང་གི་འགྱུར་ཁ་ཅིག་ལས། རོ་བོ་ཁོ་ན་  
བསྟན་བྱ་བ། །རང་ཉིད་འདོད་དང་མ་བསལ་བ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། འགྱུར་ཁ་  
ཅིག་ལས། རོ་བོ་ཁོ་ན་རང་ཉིད་དང་། །འདོད་དང་མ་བསལ་བསྟན་པར་  
བྱ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། འགྱུར་གཞན་ལས། རང་གི་རོ་བོ་ཁོ་ན་བསྟན། །བདག་  
འདོད་རང་གི་ཆོས་ཅན་ལ། མདོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་  
ཆེས་གྲགས་པས་མ་བསལ་བ། །ཞེས་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི། འགྱུར་བྱུང་མ་  
གཏགས་དོན་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཅིང་། བོད་ཁ་ཅིག །རོ་བོ་ཁོ་ན་འདོད་པ་  
དང་། །རང་ཉིད་མ་བསལ་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་བསྒྱུར་ནས་འཆད་པ་ནི།  
ཆོག་མཐུན་དང་རང་ཉིད་འབྲེལ་བར་སྟོན་པའི་གནད་བབ་མོ་མ་རྟོགས་པར་  
བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སུན་འབྱེན་པའི་རང་བཟོ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལུང་ལྗེའི་ནང་ནས་རོ་བོ་ལ་རྒྱས་བཤད་མི་

མཛད་པ་ནི། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་བྱ་བ་ཟེན་པ་ཞིག་  
 དགོས་པར་འདོད་པའི་ཚོལ་བ་སྤྱི་ཡང་མེད་པས་ལོག་རྟོག་གི་གཞི་རྒྱ་བའི་  
 སྤྱིར་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་ནི། ལོག་རྟོག་གི་གཞི་ཆེ་བས་རྒྱས་བཤད་  
 མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་ཁོ་ན་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དགོས་པ་ལ་རྒྱས་  
 བཤད་མ་མཛད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ནི། རང་ཉིད་འདོད་པ་བརྗོད་པ་ཡིས།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ལྟ་བའི་བྱ་བ་མ་བྱས་པར་བྱེད་དོ། །འོན་ཀྱང་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་འཆད་པའི་ཞར་ལ་གསུངས་པ་ནི་དགོས་པའི་དབང་གིས་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྟོགས་དཀའ་བའི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། འདོད་  
 པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཡོངས་  
 གཙོད་ཀྱི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་བཤད་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། རྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་འདོད་པ་སྤྱོད་པ་ཆོས་ཅན།  
 དགོས་པ་ཡོད་དེ། དག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་ན་ཡང་། ཚོལ་བའི་ཞེ་བས་  
 འདོད་པས་བྱ་བ་པའི་རྟོགས་ཡིན་ན། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་དགོས་སོ་  
 ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་གངས་ཅན་  
 གྱིས། མིག་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་ཤིང་  
 བསགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་མལ་ཆ་དང་སྟན་བཞིན་ཞེས་བཀོད་པ་  
 ན། བདག་གི་དོན་བྱེད་པ་དངོས་སུ་མ་སྤྱོད་ཀྱང་། གངས་ཅན་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
 བདག་དོན་བྱེད་པ་རྟོགས་དེའི་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་བྱ་བ་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ཆེན་པའ་ཆེ་བའི་འདོད་པ་ཡིན་ལ། མི་  
མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ནི། བདག་དོན་བྱེད་པར་རང་ལུགས་ལ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
པར་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་བདག་དོན་བྱེད་པ་སྐྱབས་འདིའི་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་  
ཉིད་དག་དང་ལྡན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་མི་དགོས་ལེགས་པོར་སོམས་ཤིག །

གཞུང་གི་འཆད་ཚུལ་སྤྲ་མ་འདི་ཉིད་ལ་བཀལ་ཞིང་བཟླ་བ་འདི་ཡོད་  
དེ། འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་ཡོངས་གཅོད་ཀྱི་དགོས་པ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
བྱ་ཡིན་ན། དེའི་ཆེ་ངག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་མ་བརྗོད་ཀྱང་གྲོ་ལ་བའི་ཞེ་འདོད་ལ་  
དོན་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྦངས་པ་ཞིག་དགོས། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ནམ། གྲོ་ལ་  
བའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྦངས་ན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་དགོས་སོ་ཞེས་  
སྟོན་པ་གང་ཡིན།

དང་པོ་ལྟར་ན། མ་བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པས་བྱུང་། ཞེས་པའི་སྒྲུབ་བ་  
འགོད་པའི་སྐྱབས་སུ། བྱི་མ་ཉིད་ཡོངས་གཅོད་ཀྱི་དགོས་པར་སྐྱབས་པ་དང་  
འགལ། གཉིས་པ་ལྟར་ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདོད་ཆོག་གི་དོན་ཆང་ན་  
གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། གྲོ་ལ་བའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྦངས་ན། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར།  
མ་གྲུབ་ན་དེ་འདོད་ཆོག་གི་ཡོངས་གཅོད་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན་པ་བྱུང། གང་  
བྱས་ན་ཏྲག་པས་བྱུང། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན། སྤྱ་ཡང་བྱས་སོ་ཞེས་  
གྲངས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱས་པ་ལ་བཀོད་པ་ན། སྤྱ་ཏྲག་པ་ཆོས་ཅན། གཞན་  
དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། གྲོ་ལ་བའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་



སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚད་མས་བསལ་བའི་ཕྱིར།  
དེས་ན་ངག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་ཀྱང་། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་  
ཁས་སྒྲངས་པ་ཡིན་ན། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་འདོད་ཚིག་སྟོས་པར་འདོད་པ་ནི། ལྷགས་པའི་འཇུ་མ་བག་གོ།

གལ་ཏེ། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་སྟོགས་ཡིན་ན། གཞན་དོན་  
བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་འདོད་ཚིག་སྟོས་པར་འདོད་ཀྱི། རྟོག་  
པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་སྟོགས་སུ་ཁས་སྒྲངས་པ་ཡིན་ན། གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་  
ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོས་པར་མི་འདོད་པས་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། ཁས་  
སྒྲངས་པ་ཞེས་པའི་ཚིག་སྟོས་བ་ཅམ་གྱིས་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མི་འཐོབ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྟོགས་ཡིན་ན། སྟོགས་ཡིན་  
པས་བྱུང་པར་ཐལ། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྟོགས་ཡིན་ན། གཞན་དོན་  
བསྐྱབ་བྱར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ། སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་སྒྲུང་གིས། འདོད་ཚིག་  
སྟོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྲངས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱས་པའི་དོར།  
མིག་སོགས་ཆོས་ཅན། བདག་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་ཤིང་བསགས་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་བཀོད་པ་ན། མིག་སོགས་བདག་དོན་བྱེད་པར་སྐྱབ་པ་ལ། འདུས་  
བསགས་ཆོས་ཅན། ཏྲགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་  
ཏྲགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོག་པ་རང་ལུགས་ཀྱི་ཏྲགས་  
ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ། སྐྱ་ཏྲག་པ་ཡང་ཆོས་ཅན། སྟོགས་  
ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་

བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་ཁོ་བོ་ནི་གཞུང་འདི་དག་གི་དོན་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། མདོར་  
བསྟན་དུ། མ་གྲུབ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་དོན་བརྗོད། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་འདོད་པ་  
ཞེས་པའི་ཆོག་གིས་ངག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་སྦྱས་ཀྱང་། རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་  
དོན་གྱི་བསྐྱབ་བྱར་བརྗོད་པ་ཞིག་དགོས། ཞེས་བསྟན་པར་སྦྱས་པ་ལ།  
གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་ངག་ཏུ་དངོས་སུ་སྦྱས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། ངག་  
ཏུ་དངོས་སུ་མ་སྦྱས་ཀྱང་རྟོག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྦྱངས་པ་  
དེ་འདྲ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་ངག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་ན་ཡང་སྤྱོད་ཀྱི་ཞེ་  
བའི་འདོད་པས་བྱུང་བའི་སྒོ་ནས་དོན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་ཅིང་ཁས་  
སྦྱངས་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། གངས་ཅན་གྱིས། མིག་སོགས་ཆོས་ཅན།  
གཞན་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་ཤིང་བསགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མལ་ཆ་དང་  
སྟན་བཞིན་ཞེས་བཀོད་པ་ན། བདག་གི་དོན་བྱེད་པ་ངག་ཏུ་མ་སྦྱས་ཀྱང་ཞེ་  
འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྦྱངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱོད་མེད་པའི་  
ལེགས་པར་བཤད་པའོ། །

ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་འབྲེལ་པར། བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འདིས་ནི།  
བསྟན་བཅོས་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཁས་སྦྱངས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཤད་  
པ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱས་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་  
ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་སེལ་བར་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་རང་འབྲེལ་དུ་  
བཤད་པ་དམིགས་བསལ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱས་རྟོག་པ་

རང་གིས་ཁས་མ་སྒངས་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གཙོད་  
 པའི་ཕྱིར། མདོར་ན་ཁྱོལ་བས་ཁས་སྒངས་བཟུང་དོ། །ཞེས་སྒྲས་པ་ལྟར་ན།  
 ཁྱོལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་མ་སྒངས་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཡིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་གིས་གཙོད་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ ཀུན་  
 ལས་བརྟུས་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དུ། བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་གཅིག་ཕུ་  
 དམིགས་ཀྱིས་བསལ་ནས། དེ་ཉིད་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གཙོད་པ་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་གི་དགོས་པ་ཡིན་པ་བཤད་པ་མི་འཐད་དོ། །ཞེ་ན། རང་ཉིད་  
 ཅེས་པའི་ཆོག་གིས་ཁྱོལ་བ་བདག་ཉིད་ལས་གཞན་ཀྱི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཕྱོགས་ཡིན་པ་བསྐྱོག་ན་ཡང་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 སྒྲ་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཕྱོགས་ཡིན་པ་གཙོད་བྱེད་དུ་དམིགས་  
 ཀྱིས་བསལ་ཏེ། བཤད་པ་དེ་དོགས་པའི་གནས་ནི་བསྐྱོག་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ལྟར། ཁྱོལ་བ་རང་ལས་གཞན་ཀྱི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་མ་  
 ཡིན་པར་མཚུངས་ཀྱང་། རང་གིས་ཆད་མར་ཁས་སྒངས་པའི་བསྟན་བཅོས་  
 མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་ཡིན་པར་འཇིན་པའི་དོགས་པ་ཤས་  
 ཆེ་ཞིང་། དེའི་ཆེ་ཕྱི་ཁྱོལ་གྱིས་ཁས་སྒངས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲ་ཁྱོལ་གྱིས་  
 བཀོད་པའི་ཏྲགས་དེའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནམ་སྟམ་དུ་འཇིན་པ་སོགས་ཀྱི་  
 དོགས་པའི་གནས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་རང་འགྲེལ་དུ། དམིགས་བསལ་འདི་ནི་  
 དོགས་པ་དེ་བསྐྱོག་པའི་དོན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷ་དབང་  
 སྒྲེའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་འདོད་ཆོག་གི་དགོས་པ་འཆད་པའི་

སྐབས་ཡིན་པས། སྐབས་སུ་བབ་པར་མ་མཐོང་དོ། །

དེས་ན་རྒྱན་མཁན་པོའི་དགོངས་པ་བཞིན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་གིས་ཚོལ་བ་རང་ཉིད་མི་འདོད་པའི་དོན་ཐམས་  
ཅད་སྟོགས་ཡིན་པ་བཅད་པའི་སྒྲུབ། ཚོལ་བས་ཁས་མ་སྤངས་པའི་བསྟན་  
བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཡང་སྟོགས་ཡིན་པར་བཅད་པར་གྱུར་ལ། དེ་  
ལྟར་ན་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱིས་རང་འགྲེལ་དུ། རང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བས་ནི། བསྟན་  
བཅོས་ལ་མི་སྟོས་པར་ཁས་སྤངས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བསྟན་བཅོས་  
མཁན་པོའི་འདོད་པ་སྟོགས་ཡིན་པ་བསྟོན་པའི་སྒྲུབ་དུ། རང་ཉིད་སྟོས་  
དགོས་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ། །ཞེ་ན། འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེས།  
ཚོལ་བ་རང་ཉིད་ལས་གཞན་གྱི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྟོགས་ཡིན་པ་བསྟོན་  
ན་ཡང་འགལ་ཞིག། བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཚོལ་བའི་  
འདོད་པ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་སྟོགས་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་དགོངས་པ་མཐོང་  
བས། དེ་ལྟ་བུའི་དོགས་པའི་གནས་ནི་བསྟོན་པ་དེའི་དོན་དུ་རང་ཉིད་ཅེས་  
པའི་ཆོག་འདི་ནི་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྒྲུབ་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་  
པར། བདག་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་སྟོགས་མ་ཡིན་  
པར་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་དུ་སྟོས་པ་ཡིན་པར་བཤད་པ་ཡིན་པས་འགལ་བ་མེད་  
དོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དཔྱིས་བྱིན་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ། ཚོལ་བའི་ཞེ་བས་མི་འདོད་པའི་དོན་སྐྱབས་བྱ་མ་ཡིན་པར།  
ཚོལ་བའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་ཆོགས་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། དེ་བྱིན་ཅི་



ལོག་ཏུ་བྱེད་པའི་འགལ་བ་ཡང་གཅིག་ཁོ་ནར་འགྱུར་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་  
གངས་ཅན་གྱིས་མིག་སོགས་བདག་དོན་བྱེད་པར་སྐྱབ་པ་ལ། འདུས་པ་  
སོགས་ཉགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆོ། ཉགས་དེ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་སྐྱབ་པ་  
དང་། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་སྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་འགལ་ཉགས་དུ་མར་དབྱེ་བ་  
བྱེད་པར་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། ཞེ་འདོད་ཀྱི་ཆོགས་  
དོན་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ནི་སྒྲིའི་སྒྲོར་ཚུལ་ལ་སྟོས་ནས། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
དག དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་ཉགས་དུ་མར་དབྱེར་རུང་  
བ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་ལྷ་དབང་  
སྒྲའི་བཤད་པའོ། །

ཀྱན་མཁན་པོ་ནི་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། །གལ་ཏེ། མིག་སོགས་གཞན་  
དོན་བྱེད་པ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་ཁོལ་བས་ཁས་སྐྱངས་པ་ཡིན་  
ན། མིག་སོགས་ཆོས་ཅན་དང་། བདག་དོན་བྱེད་པ་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
ཆོས་སུ་འགྱུར་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན། སྒྲོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྐྱང་པོས་ཆོས་  
ཀྱི་བྱེད་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་བྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པས་བདག་དོན་བྱེད་པ་དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་དང་། ཆོས་  
ཅན་གྱི་བྱེད་པར་སོགས་སུ་བཤད་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོལ་བའི་ཞེ་འདོད་  
ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བཟུང་བའི་བདག་དོན་བྱེད་པ་དེ་ཉིད། གངས་ཅན་  
ཀྱིས་བཀོད་པའི་སྐྱས་ཆོད་ཀྱི་སྒྲོར་བ་འགོག་པ་ན། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་དུ་  
སྒྲོར་རུ། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་དུ་སྒྲོར། ཞེས་སོགས་སུ་བཉགས་ནས་

འགོག་པའི་འགོག་ཚུལ་སྟོས་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་དག་  
དང་། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་དུ་བརྗོད་པ་ཙམ་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །ཞེས་  
པ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ། །

གངས་ཅན་གྱི་སྦྱོར་བ་དག་གི་དོན་ནི། ཁོ་བོས་ཆད་མ་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་  
སེལ་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། མ་བརྗོད་ན་ཡང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
གཞུང་གི་དོན་འཆད་པ་ལ། རྟོག་མར། གཅེས་པའི་གནད་འདི་ལྟར་གོ་བར་  
བྱ་སྟེ། གངས་ཅན་གྱིས། མིག་སོགས་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་  
ཤིང་བསགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། མལ་ཆ་དང་སྟན་བཞིན་ཞེས་སྒྲས་པ་ལ།  
སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་གྱིས། གལ་ཏེ་བདག་གཞན་དེ་མ་གྲུབ། དཔེ་ལ་ལོ།  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེང་གྱིས་གཞན་ཞེས་པ་བདག་ལ་བསམས་པ་ཡིན་  
པས། ཏྲགས་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བ་དང་། དཔེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
ཀྱིས་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་སྦྱོན་བརྗོད་པ་ལ། གངས་ཅན་ན་རེ།  
བདག་དོན་བྱེད་པ་དངོས་སུ་མ་སྒྲས་པའི་བྱིར། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མ་ཡིན་  
ཞིང་། དེའི་བྱིར་མིག་སོགས་བདག་དོན་བྱེད་པ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ།  
དངོས་སུ་མ་སྒྲས་པའི་བྱིར་དེ་བས་ན་ཏྲགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་དང་།  
དཔེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་བའི་ཉེས་པ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེའི་བྱིར་ཏྲགས་  
དེ་ལ་ཏྲགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་དང་། དཔེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་  
བའི་ཉེས་པ་བརྗོད་པ་ནི། འཕེལ་བ་དང་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་གངས་ཅན་གྱི་ལན་དེ་ཉིད་མི་འཐད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 སློབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་ཀྱང་། གངས་ཅན་གྱི་ཏྲགས་དེ་དག་ཆོས་ཀྱི་  
 བྱུང་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སྟོགས་པ་གསུངས་ཤིང་། འདིར་ཡང་། འདོད་ཆོག་གི་དགོས་པ་ལ་ཅོད་པ་  
 སྒྲུང་པའི་ཕྱིར། དག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་སྦྱས་པས་བདག་དོན་བྱེད་པ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་བྱར་འདོད་མི་དགོས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་དགག་པར་བཞེད་ནས། མ་  
 བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པས་བྱུང་། །བདག་གི་དོན་བཞིན་བསྐྱབ་བྱར་འདོད།  
 ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། མ་བརྗོད་ན་ཡང་། ཞེས་  
 སྟོགས་རྒྱུ་ལ་གཉིས་གསུངས་ལ། མིག་སྟོགས་བདག་དོན་བྱེད་པ་ཞེ་འདོད་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེས་ན། སློབ་དཔོན་དབྱིག་  
 གཉིན་གྱིས་བརྗོད་པའི་སུན་འབྱེན་དེ་ལྟ་ཆོད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་པ་ནི།  
 དེ་དཔེར་ཞེས་སྟོགས་རྒྱུ་ལ་བཞེད་ནོ། །

མ་བརྗོད་ན་ཡང་ཞེས་སྟོགས་རྒྱུ་ལ་གཉིས་པོ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་འཆད་  
 པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་སྟོགས་རྒྱུ་ལ་བཞེད་ནོ། །དེས་ན་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་  
 ཀྱིས་བརྗོད་པའི་སུན་འབྱེན་གྱི་ཚུལ་དེས་གངས་ཅན་གྱི་ཐོལ་སྦྱོར་གཅིག་  
 དུར་མ་བྱུང་། རྒྱུང་པན་གྱི་གཉིས་བཅས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ལ་སྟོགས་པའི་ཐོལ་སྦྱོར་  
 རྣམས་ཀྱང་ཁེགས་པར་བསྟན་པ་ནི། འདིས་ནི་ཞེས་སྟོགས་སོ། །

ད་ནི་ཆོག་གི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེའི་ཆོ། བདག་དོན་བྱེད་  
 པ་དངོས་སུ་མ་སྦྱས་ཀྱང་། ཞེས་འདོད་ལ་མིག་སྟོགས་བདག་དོན་བྱེད་པ་

སྐྱབ་འདོད་པ་ཡིན་པར་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་བདག་དོན་བྱེད་པ་  
 དངོས་སུ་མ་བཟོད་ན་ཡང་། བློ་མཉམ་སྤྲོད་པ་བདག་དོན་བྱེད་པ་གངས་ཅན་  
 གྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཞེ་བས་འདོད་པ་ནི། སྐྱབ་བྱེད་འགོག་པའི་སྐབས་སམ་  
 རྒྱགས་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། བདག་སྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་ཚུལ་དེ་  
 ལྟར་བཀོད་པའི་བྱིར་རོ། དེའི་བྱིར། བདག་དོན་བྱེད་བྱེད་པ་ཉིད། ཞེ་འདོད་  
 གྱི་བསྐྱབ་བྱེད་ཆོས་སུ་སོང་བས་དེ་བསྐྱབ་གྱི་བསྐྱབ་བྱེད་ཆོས་དེ་མ་ཐུན།  
 དཔེར་རྒྱུ་ལྟར་མེད་པའི་སྒྲིན་ཡང་ཡོད་དེ། རི་སྐད་དུ་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱེག་  
 གཉེན་གྱིས་བདག་དེ་ཉིད་གཞན་གྱི་སྐྱས་བཟོད་ན་དེའི་ཆེ་དཔེ་ལ་མ་བྱུང་  
 ཅེས་བཤད་པ་བཞིན་ཏེ། དེར་མ་ཟད། བློ་མཉམ་སྤྲོད་པ་བདག་དོན་བྱེད་པ་ཞེ་  
 འདོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱར་སོང་བས། བློ་མཉམ་སྤྲོད་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་བྱེད་དེ།  
 འདུས་ཤིང་བསགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་དེར་ནི་རྟགས་འདུས་  
 བསགས་དེ། འདོད་ཡུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞི་བྱེད་ཡིན་པས། རྟགས་དམ་  
 བཅའ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་མ་བཟོད་ན་ཡང་འདོད་པ་ནི། སྐབས་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
 བའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གངས་ཅན་དང་། སངས་རྒྱས་པ་བདག་ཡོད་  
 མེད་གང་ལ་ཚོད་པ་ན། བདག་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་ཡིས། འདུས་བསགས་སྐྱབ་  
 བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་སྒྲིར་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་བློ་མཉམ་སྤྲོད་པ་བདག་དོན་བྱེད་པ་དེ་ཞེ་  
 འདོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། བསྐྱབ་བྱ་ཅི་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་གང་ཡང་མེད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་དོན་བྱེད་པ་དང་། བདག་དོན་བྱེད་པ་གང་ཡང་དེའི་ཆེ་



མིག་སོགས་ལ་བསྐྱབ་བྱར་མི་འཐད་ཅིང་། གཞན་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་དེའི་ཆེ་མིག་སོགས་གཞན་དོན་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་མིན་  
པ་ལས། གཞན་དུ་ཡིན་ན་རྟགས་དེས་ཆོལ་བ་སྐྱབ་པར་མི་འདོད་པའི་དོན་  
བསྐྱབས་པའམ། ཕྱི་ཆོལ་གྱི་དོར་སྐྱབ་བྱེད་བཞོད་པ་འབྲས་བྱ་མེད་པར་  
འགྱུར་ཏེ། མིག་སོགས་དེ་རང་ལས་གཞན་པའི་འབྲས་བྱ་སྦྱེད་པའི་དོན་བྱེད་  
པ་ཙམ་ཕྱི་ཆོལ་སངས་རྒྱས་པས་ཀྱང་། སྒར་ནས་བྱུབ་ཅིན་ཅིང་། གངས་  
ཅན་རང་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཙམ་ཞིག་སྐྱབས་འདིར་སྐྱབ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་  
ལྷ་དབང་སྒྲིའི་དགོངས་པ་ཡིན་ལ། རྒྱན་མཁན་པོ་ལྷར་ན། གལ་ཏེ། དེའི་ཆེ་  
བསྐྱབ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལས་གཞན་དུ་ཡོད་ན་མིག་སོགས་བདག་དོན་བྱེད་  
པ་དང་། མིག་སོགས་གཞན་དོན་བྱེད་པ་གཉིས་ལས་མ་འདས་པས། དེ་  
གཉིས་གང་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན།

གལ་ཏེ་མིག་སོགས་བདག་དོན་བྱེད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། རྟགས་དམ་  
བཅའ་དང་འགལ་བ་དང་། དཔེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་བའི་སྦྱོན་སོ་ན་  
གནས་པས། གངས་ཅན་ལ་མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་བབ་པར་འགྱུར་བའམ། ཡང་  
ན། མིག་སོགས་གཞན་དོན་བྱེད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། རྟགས་དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་སངས་རྒྱས་པའི་དོར་བདག་འགྱུབ་པའི་འབྲས་བྱའམ། དགོས་པ་གང་  
ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། མིག་སོགས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་བསྦྱེད་པར་བྱུབ་པས།  
བདག་འགྱུབ་པ་ལ་ཅི་ཡང་མི་པན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐབས་འདིར་ལྷ་དབང་སྒྲིའི་འགྲེལ་པར། གཞན་དུ་ན། གལ་ཏེ་ཙོད་

པའི་གཞི་འགྲུར་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་མི་འདོད་པར་འགྲུར་  
 ཏེ། དཔེར་ན་སྒར་མིང་ཅན་དང་འགྲེལ་བ་ལས། སྒར་སྒྲིའི་ངོ་བོ་དོན་དང་ལྡན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའི་ཞེས་  
 སོགས་བཤད་པ་ནི། བད་སྟོད་པའི་སྟོབ་མས་སྐྱས་པའི་བོལ་སྟོར་དཔེར་  
 བཞོད་པ་ཅམ་ཡིན་པ་ལ། དེ་ལྟར་མ་གོ་བར་མཁས་པར་གྲགས་པ་ཁ་ཅིག་  
 གིས་མི་འདོད་པ་སྟེ། མིང་གི་སྐྱ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལྡན་ཡིན་པ་དེ་སྐྱབ་གྱི་  
 བསྐྱབ་བྱར་འགྲུར་ཞིང་། སྐྱ་སྤྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་དུ་ཡོད་པར་སྐྱ་བའི་བད་སྟོད་  
 པའི་ངོར། མིང་གི་སྐྱ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལྡན་ཅམ་དུ་བསྐྱབས་པ་འབྲས་བུ་མེད་  
 པར་འགྲུར། ཞེས་སོགས་གྱི་བཤད་པ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ལྟ་ལྷག་གི་དགོངས་  
 པར་སྐྱ་བ་ནི། ལྟ་དབང་སྟོའི་འགྲེལ་བར། འབྲས་མེད་འགྲུར། སྤྱིར་གཞན་གྱི་  
 དོན་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བར་མི་འགྲུར་རོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལ་བལྟ་བའི་བྱ་བ་  
 ཅམ་ཡང་མ་བྱས་པར་འདོམས་དགྱིས་དང་། མགོའི་ཅོད་པན་ཞོར་བའི་  
 མཁས་པ་སྟོད་གྱིས། རང་གི་མིག་དང་། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་གཉིས་ཀའི་ངང་  
 ཚུལ་གསལ་བར་བྱས་སོ། །

འོ་ན་འགྲེལ་པར་བཞོད་པའི་དཔེ་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་  
 བད་སྟོད་པའི་སྟོན་པ་བྲང་སྟོང་ཟླ་ཉི་ཉ་རིས། ཤེས་དང་ལྡན་དང་སྤྱི་དོན་  
 དང་། །རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་དེ། །དེ་དེ་སྐྱས་བརྗོད་པས་རྟོགས་པས། །སྤྱི་ནི་  
 འགྲེལ་པར་རབ་ཏུ་གནས། །ཞེས་གོ་བྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་གཅིག་བརྗོད་  
 འདོད་ཤེས་པའི་དོན་དང་། སྤྱི་རོལ་ནོག་སོགས་འདུས་པའི་གོང་བུའི་དོན་

དང་། གོ་དང་ཨོ་དང་ཅུ་གསུམ་གྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱ་རང་གི་ངོ་བོ་  
དག་བཅུ་ལ་མི་སྟོས་པར་གོ་བར་བྱེད་ཅེས་དོན་གསུམ་ལྟར་དུ་འདོད་དོ། །

དེའི་སྟོབ་མ་སྐྱ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་དུ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། མེད་པར་  
འདོད་པ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྐྱ་ལ་ལྟས་བྱིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མིང་གི་སྐྱ་དང་། བ་  
ལང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་གཉིས་ལས། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་དུ་ཡོད་པར་  
འདོད་པ་དག །སྐྱ་གཉི་ག་ཡང་བཅུ་མ་སྐྱར་བའི་སྟོན་རོལ་ནས། ལྟས་བྱིན་  
པའི་དོན་གྱིས་ན་ལྟས་བྱིན་ཞེས་པ་དང་། འགྲོ་བའི་དོན་གྱིས་ན་བ་ལང་ཞེས་  
བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་ལྟར་དུ་མཚུངས་པར་འདོད་ལ། ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལྟར་དུ་མི་  
འདོད་དོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་དུ་མེད་པར་འདོད་པ་དག། རིགས་ཀྱི་སྐྱ་དེ་ལྟར་  
ཡིན་ཡང་། མིང་གི་སྐྱ་བཅུ་མ་སྐྱར་བའི་སྟོན་རོལ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལྟར་  
ཡིན་གྱི། བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་ལྟར་མ་ཡིན་པར་འདོད་པས། རྟོལ་བ་འདིས་རྟོལ་  
བ་ཅིག་ཞེས་ཀྱི་ངོར། མིང་གི་སྐྱ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་ལྟར་དུ་བློ་སྦྱར་གྱིས་  
སྐྱབ་འདོད་ནས། མིང་གི་སྐྱ་ཆོས་ཅན། བཅའི་སྟོན་རོལ་ནས་དོན་ལྟར་ཡིན་  
ཏེ། སྐྱའི་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་དང་ལྟར་པར་མཐོང་བའི་བྱིར། བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་ལྟར་  
རྣམ་དབྱེའི་མཐའ་ཅན་གྱི་སྐྱ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་འགོད་པར་བྱེད་ལ། དེའི་ཆོ།  
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལྟར་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར། བཅའི་སྟོན་རོལ་ནས་  
དོན་ལྟར་ཡིན་པ་ཅུ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། ཏྲགས་འགོད་པ་པོའི་རྟོལ་པ་རང་  
ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་མི་འདོད་པའི་དོན་བསྐྱབས་པ་དང་། བྱེ་རྟོལ་སྐྱ་བྱེ་བྲག་

ཏུ་བཤད་དུ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ངོར། གྲུབ་ཟིན་བསྐྱབས་པས་འབྲས་བྱ་མེད་  
པར་འགྱུར་བ་བཞིན། ཞེས་པའོ། །

དེ་ལྟར་ན། གངས་ཅན་གྱི་ཟོལ་སྒྲོར་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་  
གྱིས་བཀོད་པའི་སུན་འབྲིན་དེ་ཉིད་གཞོད་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་བསྟན་ནས།  
སུན་འབྲིན་དེས། རྒྱང་པན་གྱི་གཉིས་བཅས་གྱི་སྒྲོར་བ་ཡང་ཁེགས་པར་  
ཞར་བྱང་གི་ཚུལ་གྱིས་སྟོན་པ་ནི། གངས་ཅན་གྱི་ཟོལ་སྒྲོར་འགོག་པའི་  
རིགས་པ་འདིས་ནི། རྒྱང་པན་གྱི་གཉིས་བཅས་གྱི་སྒྲོར་བ་ལ་ཡང་། ཞེ་  
འདོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དཔེ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པ་དང་། ཏྲགས་དམ་བཅའ་  
དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་དག་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྒྱང་པན་པས། སངས་  
རྒྱས་པའི་ངོར་ལུས་སེམས་རྗེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་ཅིང་། ལུས་  
སེམས་རྗེས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་བྱའི་ལུས་ཀྱི་ལྷ་བཅས་ཡིན་ཏེ། ཞེས་ཞེ་འདོད་  
རྒྱང་པ་དག་ཏུ་སྦྱས་ན། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དཔེ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་ཉེས་  
པས་འཇིགས་ནས། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། ལུས་སེམས་རྗེས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་  
བྱའི་ལུས་དང་། བུམ་པ་གང་བྱང་གི་ལྷ་བཅས་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་ལ་མ་ཡིན་པའི་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་བུམ་པ་བཅས་པའི་ཅིག་པ་བཞིན་ནོ། །  
ཞེས་འགོད་པར་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་བཀོད་པ་ན་བུམ་པ་བུམ་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་  
པོ་ཡིན་པར་འགལ་བས། རྟགས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་རྗེས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་  
བྱའི་ལུས་ཀྱི་ལྷ་བཅས་སུ་འགྱུར་ལ། དེ་གྲུབ་ན་ལུས་སེམས་རྗེས་གཅིག་ཏུ་  
འགྱུར་པས་ལུས་ཞིག་ན། སྒོ་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན་སྒྲེ་བ་སྒྲ་



ཕྱི་མེད་པར་འགྲུབ་སྒྲུབ་དུ་བསམས་པའོ། །

དེའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོར་བ་ལ་ཡང་བུམ་པ་ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་  
པའི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཆེ་བཅས་ཡིན་པ་ཉིད། ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་  
དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་རྟགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་དང་། དཔེ་བསྐྱབ་བུའི་  
ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་བའི་ཉེས་པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་དོན་རྟོ། །ཅི་སྟེ་དེའི་ཆེ་ཡང་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་གང་རུང་གི་ཆེ་བཅས་སྒྲི་ཙམ་ཡིན་པར་འདོད་ན། བུམ་  
པ་དེ་ཉིད་ནི་བུམ་པ་ལས་དོན་གཞན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལུས་སེམས་  
རྩིས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་ཀྱང་ཆད་མས་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
ན། བུམ་པ་བུམ་པ་དང་ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་གང་  
རུང་གི་ཆེ་བཅས་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲི་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་རོ། །

དེ་ལྟར་ན། རྒྱང་པན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བུམ་པ། ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་  
པའི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་དང་། བུམ་པ་གང་རུང་གི་ཆེ་བཅས་ཡིན་ཞེས་དམ་  
བཅས་པའི་ཆོག་འདི་དེ་ཆོས་ཅན། མི་ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་ཀྱན་ནས་  
བསྐྱངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱས་སྟོང་བའི་དོན་བརྗོད་པའི་ཆོག་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནི། ལྟ་དབང་སྒྲོའི་བཤད་ལུགས་ཡིན་ཅིང་། རྒྱན་  
མཁན་པོ་ལྟར་ན། གལ་ཏེ་སྒྲོར་བ་འདི་ལྟར་སྒྲུས་པའི་ཆོག་གི་ལུགས་ཀྱིས་  
བུམ་པ་ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་པའི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཆེ་བཅས་ཡིན་པ་  
དང་། བསྐྱབ་བུའི་ཆོས་དཔེ་ལ་རྩིས་འགྲོ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་འཕེན་པས་རི་  
སྐད་བཤད་པའི་སྒྲོན་མེད་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོར་ངག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་

ཤུགས་ཀྱིས་བྱམ་པ་ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་པའི་སྐྱེས་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཆེ་  
བཅས་ཡིན་པ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བུའི་ཆོས་དཔེ་ལ་རྩིས་འགྲོ་བྱེད་པ་  
གཉིས་ཀ་འཕེན་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་འདི་དེ་མི་ཞེས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་  
ཅམ་ཡིན་གྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་འཕེན་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཞེན་པའི་  
བརྗོད་བྱས་སྟོང་བའི་རྗོད་བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་འཆད་དོ། །

གལ་ཏེ། དེ་ཉིད་དོན་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར། ལུས་མི་འགྱུར་ན་གྲུབ་མ་  
ཡིན། ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པ་དེ་ཉིད་སྐྱ་དང་བྱམ་པའི་བྱེད་པར་ཀྱིས་རྟོག་ན་  
སྐྱ་འཇིག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྐྱའི་འཇིག་པ་  
སྐྱབ་ན། དཔེ་བསྐྱབ་བུའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་ཞིང་། བྱམ་པའི་འཇིག་པ་སྐྱབ་ན།  
དེ་སྐྱ་ལ་མ་གྲུབ་པས་དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་  
གཉིས་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་དང་བྱམ་པའི་འཇིག་པ་གང་ཡང་མ་ཡིན་  
ཞིང་། སྐྱ་བྱམ་གཉིས་ཀ་ལ་རྩིས་སུ་འགྲོ་བའི་འཇིག་པ་ཅམ་ཆད་མས་གྲུབ་པ་  
ཡིས། སྐྱ་ནི་འཇིག་པ་ཅམ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལྟར་རྟགས་ཡང་དག་གིས་གྲུབ་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་པའི་ཆེ་བཅས་དང་། ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་  
པའི་སྐྱེས་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཆེ་བཅས་གཉིས་ཀ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བྱམ་པ་དང་  
ལུས་སེམས་རྩིས་གཅིག་པའི་སྐྱེས་བུའི་ལུས་གང་རུང་གི་ཆེ་བཅས་ཅམ་  
ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ན། བྱམ་པའང་ལུས་བྱམ་གང་རུང་གི་ཆེ་བཅས་ཅམ་པོ་  
དེ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་དུ་ཆུག་ན་ཡང་། དེ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཤམ་ཏེ། མི་རྟག་པ་སྤྱི་ཙམ་སྦྱབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་མི་རྟག་པ་སྦྱ་ཡི་ཁྱད་  
 བར་དུ་བྱས་པ་ཙན་དེ་ཉིད་བསྦྱབ་བྱར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྤྱི་མི་རྟག་པ་  
 བསྦྱབ་བྱར་སོང་བས། བསྦྱབ་བྱའི་ཆོས་དཔེ་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་ཉེས་པ་  
 སོ་ན་གནས་སོ་ཞེ་ན། སྤྱི་ཁོ་ན་ལ་ལྟན་པའི་མི་རྟག་པ་སྦྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་  
 ལ་མི་རྟག་པ་མ་འབྲེལ་བ་བསྒྲེག་ཅིང་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར། མི་ལྟན་པ་དང་གཞན་ལ་ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་  
 ཚུལ་གཉིས་ལས། སྤྱི་མི་རྟག་པར་བསྦྱབ་པའི་ཆེ་ན། སྤྱི་ཁོ་ན་མི་རྟག་ཅེས་  
 པའི་ཚུལ་དུ་མི་རྟག་པ་དེ་ཉིད་སྤྱི་ལས་གཞན་ལ། ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་  
 སྤྱི་ནས་མི་སྦྱབ་ཀྱི། སྤྱི་ཡང་མི་རྟག་པ་ཅེས་པའི་ཚུལ་དུ་སྤྱི་ལ་མི་རྟག་པ་མི་  
 ལྟན་པ་གཅོད་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར། བསྦྱབ་བྱའི་ཆོས་གཞན་མཐུན་དཔེ་ལ་  
 བློ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པར་འགྱུར་པའི་སྤྱི་ཁོ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཤམ་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཙམ་སྦྱབ་ན། དེ་ནི་སྤྱི་ག་དང་མར་མེ་ལ་སོགས་  
 པའི་སྤྱིར་དུ་བྱུང་བའི་བྱིར། བྱུང་བའི་བསྦྱབས་པར་འགྱུར་ལ། མི་རྟག་པ་  
 ཁྱད་པར་བ་ནི་དཔེ་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 གཤམ་ཏེ། གཞི་ལ་མི་སྤྱོས་པར་སྦྱབ་ན། བྱུང་བའི་བསྦྱབས་པར་འགྱུར་ན་ཡང་  
 འདིར་སྤྱི་དེ་ལ་མི་རྟག་པ་སྤྱི་ཙམ་དེ་ཉིད་བསྦྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་  
 ལ་སྦྱབ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཙན་སྤྱི་མི་ལྟན་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་སྤྱི་ནས་ཁྱད་  
 བར་དུ་བྱས་པ་ཙན་ཀྱི་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་མཐུན་དཔེ་བྱམ་པ་སོགས་ལ་རྗེས་  
 འགྲོ་མེད་པའི་སྤྱི་དང་ལྟན་པ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
 བྱའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་འདོད་ཆོག་སྟེ་ས་པ་འདིས་ནི་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་ལ་  
 ཉག་པ་ཅམ་བཀག་པ་ན། ཆོས་ཅན་སྐྱས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་མི་  
 ཉག་པའི་སྤྱི་ཉག་དངོས་དང་། ཆོས་མི་ཉག་པ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་གྱི་  
 ཆོས་ཅན་སྐྱའི་སྤྱི་ཉག་དངོས་བཀག་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་སྐྱེ་ལ་  
 ཉག་པ་འགོག་པའི་ཉག་ས་རྣམས་བསྐྱབ་བྱ་འགོག་པའི་འགལ་བ་དག་ནི་ཡིན་  
 པ་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མིན་པ་བཀག་གྱང་ཞེ་འདོད་  
 འགོག་པའི་འགལ་བར་མི་འགྱུར་བར་བསྟན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟ་བུ་ཉག་ས་  
 འགལ་བར་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་། བྱས་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཆོས་ཅན་སྐྱེ་ལ་ནི་ཆོག་ས་སྤྱི་ཉག་དངོས་དེ་དག་བསལ་བའི་སྟོན་ས་ཞེ་  
 འདོད་ལ་གཞོན་པའི་འགལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་སྐྱེ་  
 ཉག་དངོས་དང་ལྟན་པ་དེ་ལྟར་དུ་མ་སྐྱབ་པའི་བྱིར་ཏེ། གང་གི་བྱིར་ན། སྐྱ་  
 སྟོལ་དེ་ལྟར་སྐྱབ་འདོད་ཡོད་པ་མིན་གྱི་སྐབས་འདིར་སྐྱེ་ལ་ཆོས་མི་ཉག་པ་  
 འགལ་ཞིག་སྐྱ་སྟོལ་གྱི་འདོད་པས་དམིགས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། བྱེ་བྲག་པས་གངས་ཅན་པའི་ངོར། སྐྱ་མི་ཉག་སྟེ། བྱས་  
 པའི་བྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ནི། གངས་ཅན་པ་ན་རེ། ཉག་ས་དེས་སྐྱེ་ལ་ཉག་པ་  
 ཅམ་བཀག་པ་ན། སྐྱའི་སྤྱི་ཉག་པ་དོན་གཞན་ཡང་བཀག་ཅིང་། དེ་བཀག་ན་  
 ཆོས་ཅན་སྐྱ་ཡང་བཀག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྐྱ་དང་མི་ཉག་པའི་ཆོག་ས་  
 དོན་ཡང་བཀག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། ཉག་ས་དེ་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་



འགོག་པའི་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་དེའི་ཆེ།  
 བྱེ་བྲག་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྒྲིའི་སྒྲི་རྟག་དངོས་  
 དོན་གཞན་བཀག་པས་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བཀག་པའི་འགལ་བར་མི་  
 འགྱུར་ཞེས་པའི་ལན་བསྟན་པ་ཡིན་ཅིང་། གངས་ཅན་གྱིས་བྱེ་བྲག་པ་ལ་  
 སྒྲོན་བརྗོད་པ་དེས་མཆོན་པ་གྲོལ་བའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་མ་  
 གྲངས་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གཅིད་པ་ཉིད་འདོད་ཆོག་གི་རྣམ་  
 བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། དགོས་པ་  
 དངོས་བཤད་པ་དང་། དགོས་པ་དེ་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། ཀྱན་ལས་བདུས་སུ། རྒྱགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ།  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྒྲོས་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཆོས་ཅན་གཅིག་  
 ལ་བསྟན་བཅོས་ལས་རྟག་མི་རྟག་བདག་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་དུ་མ་རྣམ་པར་བཞག་ཀྱང་ཅོད་པའི་སྐབས་སུ་གྲོལ་བ་བདག་ཉིད་  
 གྱིས་དེའི་ཆེ་འདོད་ཡུལ་དུ་བྱས་ཤིང་ཁས་གྲངས་པའི་ཆོགས་དོན་ཁོ་ན་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་གྱི། བསྟན་བཅོས་ལས་ཆོས་ཅན་དེའི་ཆོས་སུ་བཤད་པ་  
 མཐའ་དག་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་མི་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲོས་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དགོས་པ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་  
 དང་། གཞུང་སྒྲིའི་བསྐྱབ་པ་བཤད་པ་དང་། གཞུང་དོན་བཤད་པ་དངོས་ལ་

འཇུག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་གཞུང་འདི་དག་གིས་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིའི་རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་།  
 སྒྲོན་ཡིན་དེ་གཞན་བྱས་ལའང་མཚུངས། ཞེས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་གཞན་སྡེ་  
 ལུང་དོན་བསྒྲུབ་བྱར་འདོད་པ་འགོག་པ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་བསྒྲུབ་བཅོས་ཁས་  
 གཏངས་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་པའི་བར་ཀྱིས་རང་སྡེ་ལུང་དོན་བསྒྲུབ་བྱར་འདོད་པ་འགོད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ལ། བསྒྲུབ་བཅོས་འདོད་འཇུག་དོན་ཅེ་ན། ཞེས་སོགས་ནི། རང་ཉིད་  
 སྒྲུ་ཡང་དོན་མེད་འགྱུར། ཞེས་པའི་འགལ་སྔོང་ཡིན་པས། རང་སྡེ་འགོག་པའི་  
 སྐབས་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར། དེ་ཡན་ཆད་ལ་རང་ལུགས་ཀྱི་  
 རང་སྒྲིའི་དགོས་པ་བཤད་པ། ཞེས་པ་དང་། བསྒྲུབ་བཅོས་འདོད་འཇུག་དོན་  
 ཅེ་ན། ཞེས་པ་མན་ཆད་ལ་གཞན་ལུགས་ཀྱི་རང་སྒྲིའི་དགོས་པ་དགག་པ།  
 ཞེས་སྐབས་སོ་སོར་བཅད་ན། གཞུང་གི་འབྲེལ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ། རྒྱ་སོགས་མཚན་ཉིད་བསལ་བྱ་ལ། ཞེས་སོགས་ནི་  
 ཕྱོགས་སྒྲོན་དང་རྟགས་སྒྲོན་མི་འགལ་ཞིང་། ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ཡིན་པ་ཉིད་  
 ཀྱིས་རྟགས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་ཡང་འགྱུར་ན། ཕྱོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་རྣམས་  
 ཀྱིས་རྟགས་ཡང་དག་གི་རིགས་མི་མཐུན་སེལ། བ་ལ་བསྟོས་ནས། ཕྱོགས་  
 ཀྱི་རིགས་མི་མཐུན་སེལ་དགོས་ན་ཡང་། ཕྱོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་  
 རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་སེལ་བ་ལ་མི་བསྟོས་པར་ཕྱོགས་ལ་མ་བྱུང་བྱུང་ཆེས་

ཀྱི་སྐྱོན་སྤོང་བ་ཙམ་ཡིན་པས། སྤྱོད་སྐྱོན་གང་ཡིན་ཏེ། སྐྱོན་དུ་འགྱུར་  
 བར་སྐྱོན་དཔོན་མི་བཞེད་དོ། ། ཞེས་སྐྱོན་བ་ཡིན་པས། འདི་དེ་དག་གི་སྐྱོན་  
 མིན་ནམ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གི་འཕྲོས་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་བྱར་  
 ཁས་སྒྲངས་སྤྱོད་སྐྱོན་མཆན་ཉིད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡང་། སྤྱོད་སྐྱོན་ལ་མ་  
 ཁུངས་ཁུངས་ཆེས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤོང་བའི་བྱིར། མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་ཆིག་ལྟ་སྐྱོས་  
 དགོས་ན། རིགས་སྐྱོའི་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་ལ་ཆིག་བྱར་ལྟ་པོ་དེ་མ་ཆང་  
 བས་མཆན་ཉིད་སྐྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེས་པའི་ཚུང་བ་སྤོང་བ་ཙམ་ཡིན་པས།  
 གཞུང་ལྟ་མ་ལ་ཚུང་བ་སྤོང་བ་ཡིན་གྱི། དོན་ཆན་ལོགས་པ་ཞིག་སྐྱོན་འདོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་འདི་དག་ལ། ཞར་ལ་ཆིག་ལྟ་སྐྱོས་པའི་དགོས་པ་བསྐྱོན་ཞེས་  
 པ་དང་། གུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་དང་། རིགས་  
 སྐྱོའི་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ཞེས་བསྐྱུས་དོན་སོ་སོར་བཅད་ནས་  
 བཤད་ན་ཡང་གཞུང་གི་འབྲེལ་རྒྱུན་ཆགས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བས།  
 འདིར་ནི། དེ་དག་རྒྱུན་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་ཆགས་པ་བཤད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་བཤད་པ་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ལ། གཞན་སྡེ་ལུང་  
 དོན་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་དགག་པ་དང་། རང་སྡེ་ལུང་དོན་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་  
 པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། འདོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། བྱེ་བྲག་པས། བྲངས་ཅན་པ། སྤྱོད་པ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོར། སྐྱ་  
 མི་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་བྲས་པ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆོ། བྲངས་ཅན་སོགས་

ན་རེ། གལ་ཏེ་བྱེ་བྲག་པས་དང་སྒོང་གཟེགས་ཟན་གྱི་བསྟན་བཅས་ཆད་མར་  
 ཁས་སྦངས་ནས། ལུང་དེའི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་བྱས་པ་  
 རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བསྟན་བཅས་དེའི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་  
 བྱར་བཟུང་བས་བསྟན་བཅས་དེའི་དོན་གཅིག་ལ་རྟགས་དེས་རབ་ཏུ་གཞོད་  
 བཤང་གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་དང་དམ་བཅའ་བ་དག་ཆད་མས་བསལ་བའི་  
 སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེན་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རང་གི་བསྟན་བཅས་དེ་ལུང་ཆད་  
 མ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚོ་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་བཅས་དེ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱ་མི་  
 རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན་པས། རྟགས་དེས་བསྟན་བཅས་  
 དེ་ལས་བཤད་པའི་དོན་གཅིག་ལ་གཞོད་ན་ཡང་། བསྟན་བཅས་དེ་ལུང་ཆད་  
 མ་ཡིན་པ་ཁེགས་པར་འགྱུར་ཞིང་། བསྟན་བཅས་དེ་ལུང་ཆད་མ་ཡིན་པ་  
 ཁེགས་ན། བསྟན་བཅས་དེ་ལས་བཤད་པའི་དོན་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལས་བཤད་  
 པ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་ཁེགས་ཞིང་། དེ་ཁེགས་པ་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ཡང་  
 ཁེགས་པས། རྟགས་དེ་ཉིད་རང་གི་དམ་བཅའ་འགོག་པའི་སྒྲོན་ས་འགལ་  
 རྟགས་སུ་འགྱུར་ཞེས་པའོ། །

དེས་ན་འདིའི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱ་བ་པོ་སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་  
 འགོད་མཁན་གྱི་གངས་ཅན་པ་དང་། སྒྲོད་པ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པར་ཆད་  
 ཆེན་ལས་བཤད་ཅིང་། ཕྱོགས་སུ་སྐྱ་བ་པོའི་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་།  
 སྐབས་འདི་དག་ཏུ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱ་བ་པོའི་ཞེ་འདོད་གང་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་  
 ལན་རི་ལྟར་དུ་བཏབ་པ་ལ་སོགས་གང་ཡང་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྟག་གེ་བ་



ནམས་ལ་སྒོན་ཆད་སྒོ་ཡུལ་དུ་མ་བྱུང་བར་སྒྲུང་ཞིང་། འོན་ཀྱང་དེང་སང་གི་  
ཉན་པ་པོ་དག་ནི། འཆད་པ་པོའི་ཁ་ལ་བསྟར་ཞིང་བྲག་ཆའི་སྐྱ་ཙམ་གྱིས་ཆོམ་  
པར་སྒྲུང་དོ། །

དེ་ཡང་གྲངས་ཙན་གྱིས། གྲེ་བྲག་པ་ལ་དེ་ལྟར་གྲོལ་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི།  
གྲེ་བྲག་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས། སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་ཅིང་།  
ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན་རྟག་པ་ཡིན་དགོས་པས། སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་  
བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ན། བྱས་པ་དེས་སྐྱའི་སྟེང་དུ་རྟག་པ་ཙམ་བཀག་  
པའི་ཕྱིར། རྟག་པའི་གྲེ་བྲག་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡང་བཀག་པར་འགྱུར་ལ།  
དེ་ལྟར་གྲེ་བྲག་པ་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ལས་སྐྱ་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་ཡིན་  
པར་བཤད་པ་དེ་བཀག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་བསྟན་བཅོས་དེ་ལྱང་  
ཆད་མ་ཡིན་པ་བཀག་པས་ལྱང་དེ་ལས་བཤད་པའི་དོན་ནམས་བཤད་པ་  
ལྟར་དོན་ལ་གནས་པ་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། ལྱང་དེ་ཉིད་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
བཤད་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་དོན་ལ་གནས་པ་ཁེགས་དགོས་པས་བྱས་པ་དེ་  
སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྟགས་སུ་འགྱུར་ཞེས་པའོ། །

ཁ་ཅིག་རིགས་པ་ཙན་སྐབས་འདིའི་སྟོགས་སྒྲ་སྒྲ་བ་པོར་འཆད་པ་ནི།  
རིགས་པ་ཙན་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཀོད་པའི་རྟགས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སུན་འབྲིན་  
བརྗོད་པ་ཞིན་ཏུ་ངོ་མཆར་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། གྲེ་བྲག་པས་སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་པ་ལ་གྲངས་  
ཙན་སོགས་ཀྱིས་བཀོད་པའི་སྐྱོན་དེ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ་དང་། བསྟན་

བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྟོབས་ཡིན་པ་སྤྱིར་དགག་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། རྩེ་བྲག་པས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་  
བཀོད་པ་ན། རྟགས་དེས་སྐྱ་ལ་རྟག་པ་ཙམ་ཁེགས་པ་ན། རྟག་པའི་རྩེ་བྲག་  
སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་དེ་རྟག་པ་ཡང་ཁེགས་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་ན། སྤྱིར་  
སྤྱིང་དུ་རྩེ་བྲག་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་ལུང་གི་དོན། དེ་སའི་ཡོན་  
ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བསྟོན་པའི་སྤྱིར་རྩེ་བྲག་པའི་བསྟན་བཅོས་  
ཆད་མ་ཡིན་པ་བཀག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེའི་སྤྱིར་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
གཏན་ཆོགས་འགལ་བར་འགྱུར་ཞེས་པའམ། ཡང་ན་རྩེ་བྲག་པས་སྐྱ་མི་རྟག་  
པར་སྐྱབ་པ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ན། བྱས་པ་ཆོས་ཙན། ཁྱོད་ཀྱིས་  
དེ་ལ་སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བསྟོན་པའི་སྟོན་སྲས་ཀྱང་།  
ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆོགས་འགལ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་  
རྟག་པ་ཡིན་པ་དེ་རྩེ་བྲག་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པ་གང་ཞིང་། ཁྱོད་  
དེ་རྟག་པ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ ཞེས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱི་མ་ཉིད་ཁ་ན་  
མ་ཐོབ་མེད་པའོ། །

གལ་ཏེ། དེའི་ཆེ་དེ་སྐྱབས་སུ་བབ་པའི་ཆོས་ཙན་མིན་པའི་སྤྱིར་དེ་  
ཉིད་སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བཀག་པས། སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དེ་ནི་གཞན་ལའང་  
མཚུངས་ཏེ། བྱས་པ་ཆོས་ཙན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་ལ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་བཀག་  
པས། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

དེའི་ཆེ་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དང་། དེ་གཉིས་ཀའི་ཆོག་ས་དོན་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཅི་སྟེ། དེའི་ཆེ། འདིར་ཆོས་ཅན་སྐྱའི་ཆོས་ལ་ཅོད་པ་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཡིན་པས་སྐྱའི་ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་ལ་གཞོད་ན། སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། ཇི་སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བཀག་པས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ། བྱེ་བྲག་པས་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ། བྱས་པས་སྐྱ་ལ་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་བཀག་པ་དང་། ཇི་སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བཀག་པས། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་མཚུངས་པར་ཐལ། དེའི་ཆེ་བྱས་པས་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་སྐྱ་ལ་བཀག་པས། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་སྐྱ་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་དུ་སྟོན་པའི་བྱེ་བྲག་པ་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལ་གཞོད་པ་ཉིད་ལས་རྒྱ་མཚན་གཞན་མེད་ཅིང་། རྒྱ་མཚན་དེ་བྱས་པས་ཇི་སའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པ་བཀག་པ་ལ་ཡང་ཆང་བའི་སྲིད། ཅི་སྟེ། བྱེ་བྲག་པས། ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་དེ་ཆོས་ཅན་སྐྱའི་ཆོས་སུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་སྲིད། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་ཡང་དེའི་ཆེ། སྐྱའི་སྟེང་དུ་གློལ་བའི་འདོད་ཡུལ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་བརྗོད་ན། དེ་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱེ་གློལ་སྐྱ་རྟག་མི་རྟག་གེས་པར་

འདོད་ནས་འདི་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འགའ་ཡིས། སྐྱོལ་སྐྱེམ་རྟག་  
པ་ལ་དཔག་འདོད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཁོལ་བའི་དཔག་འདོད་དེ་རྟགས་པ་  
ཡང་སྐྱེམ་རྟག་པའི་བསྐྱབ་བྱེད་འགོད་པའི་ཆིག་དེ་དག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །

སྦྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་བྱེ་བྲག་པས་སྐྱེམ་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་  
སུ་འགོད་པའི་ཆོ། བྱེ་ཁོལ་གྱིས་སྐྱེམ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་མིན་ཤེས་བར་  
འདོད་ནས་འདི་བ་ལ་སོགས་པ་ཁོལ་བ་དེ་ལ་དཔག་འདོད་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡང་མ་  
ཆང་ཞིང་། ཁོལ་བ་དེའི་ཆེ་སྐྱེམ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་ལ་དཔག་འདོད་  
ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆོ། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་མ་ཆང་  
བཞིན་དུ། ཏན་གྱིས་སྐྱེམ་རྟག་པ་སྐྱབ་པའི་བྱེ་བྲག་པ་ཁྱོད་ནམ་མཁའི་ཡོན་  
ཏན་འདི་ཡང་རྟགས་དེའི་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་གསལ་བར་  
དབང་ཕྱག་གི་སྦྱོད་པ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེའི་ཆོགས་སྐྱེམ་རྟག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པའི་ཆིག་དེའི་  
རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོལ་བ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ལ་དཔག་འདོད་ཡོད་པ་  
རྟགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་འདྲའི་དཔག་འདོད་ཡོད་པ་ནི། ཆིག་  
དེའི་འབྲས་བུའི་རྟགས་ཅན་མིན་པར་བརྗོད་དེ། སྐྱེམ་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་ཆིག་གི་རྟགས་གྱིས་སྐྱེམ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་  
དཔག་འདོད་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པ་འབྲུལ་བར་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུབ་པ་  
ཡིས་ནི་དེ་འདྲའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར།



དེས་ནི་བྱེ་བྲག་པས། སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ་ན།  
 བྱས་པ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་པའི་རྟག་པ་  
 ཡིན་པའི་དོན་ལ་གཞོན་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཞན་སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་ཅི་  
 ཞིག་ཀྱང་གཞོན་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་  
 བ་གྲུབ་པ་མིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྟོགས་ཡིན་  
 པ་སྒྱིར་དགག་པ་ལ། ལུང་དོན་མཐའ་དག་བསྐྱབ་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་  
 བཤད། ལུང་དོན་མཐའ་དག་སྟོགས་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག། ལུང་དོན་ལ་  
 གཞོན་པའི་རྟགས་བཀོད་ན་ཆོལ་བ་སྒྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དགག། དེ་དག་ལ་  
 ཅོད་པ་སྤང་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་  
 རྟགས་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་ཆེ་ན། རྟགས་དེས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་གཅིག་  
 ལ་གཞོན་ན་ཡང་། སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་ན། དངོས་  
 སྟོབས་ཆད་མའི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་དགོས་ན་ཡང་དངོས་  
 སྟོབས་ཇེས་དཔག་རང་གི་སྟོད་ཡུལ་འབྱུབ་པ་ལ་ལུང་གི་སྐྱབ་བྱེད་ལ་སྟོས་  
 པ་མེད་པར་ཇེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ལ་ཆིག་ ཅེས་སོགས་སུ་བཤད་བེན་  
 པའི་བྱིར་དང་། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་དེས་གྲུབ་པའི་དོན་དེ་ནི་ཆད་མས་  
 ལེགས་པར་གྲུབ་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་བཞག་རུས་པས། དངོས་སྟོབས་ཇེས་  
 དཔག་གི་ཡུལ་ལ་དཔྱོད་པའི་ཆེ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་ལ་སྟོས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་འགའ་ཞིག་ལ་གཞོན་པ་ཅམ་གྱིས།

སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྲུབ་པའི་རྟགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་  
ནོ། །

གལ་ཏེ་གཞལ་བྱའི་གནས་ལ་དབྱེད་པ་དེའི་ཆེ་རང་གཞན་གྱི་སྟོན་  
པའི་ལུང་དོན་འཐད་མི་འཐད་དབྱེད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་བས། ལུང་ཆད་  
མར་ཁས་མ་སྒྲངས་ན། ཚུད་པ་དོར་བའམ། ཚུད་པའི་གཞི་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་ལ་དབྱེད་པ་དེའི་ཆེ། ལུང་སྒྲུབ་བྱེད་ཏུ་ཁས་  
མ་སྒྲངས་ན། ཚུད་པ་དོར་བར་འགྱུར་བ་མིན་པར་ཐལ། དེའི་ཆེ་དངོས་སྟོབས་  
གྱི་ཡུལ་དེ་འབྲེད་ལུང་ཅམ་གྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་མེད་པའི་བྱིར།

འོ་ན། དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། ལུང་  
ཆད་མར་ཁས་མི་ལེན་པས་བྱུང་བམ་ཞེ་ན། ལུང་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པའི་  
བྱིར། ལུང་དོན་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་ལ་དབྱེད་  
པ་བྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། ལུང་དེ་ཉིད་དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་དེ་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་  
ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་མིན་གྱི་དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་ལ་དངོས་སྟོབས་གྱི་  
ཆད་མས་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་འདིར་ནི། ལུང་དེ་ཉིད་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པའི་  
ཐབས་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་ལུང་ཁས་ལེན་ན་མངོས་པའི་བྱིར་  
རོ། །

ཡང་ན། འདི་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་ལ་དབྱེད་  
པ་བྱེད་པའི་ཆེ། ལུང་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་ཁས་མི་ལེན་ན། དངོས་སྟོབས་གྱི་ཡུལ་  
གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ལུང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་དངོས་

སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ལུང་ཡོད་ཀྱང་། ལུང་དེ་ཉིད་དོན་དེའི་  
སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མིན་གྱི། ལུང་དེས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དངོས་སྟོབས་  
ཀྱི་ཡུལ་རྣམས་ལ། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞོད་མི་  
གཞོད་དཔྱོད་པ་འདི་ནི་ལུང་དེ་ཉིད་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པའི་ཐབས་ཡིན་ཏེ།  
དབྱུང་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་ཆད་མར་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་སྒྲིབ་  
རྟོ། །

ཀྱན་མཁན་པོ་ན་རེ། རྗེས་སུ་དཔག་པས་ལུང་གི་དོན་ལ་དཔྱོད་པ་  
འདི་ནི། ལུང་ཁས་ལེན་པའི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་ལུང་  
ཁས་ལེན་ན་མཛེས་པའི་སྒྲིབ་རྟོ། །མ་བརྟགས་པར་ཁས་སྦངས་སོ་ཞེ་ན།  
བརྟག་མི་བཟོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ནི། དེའི་ཆེ་ཁས་སྦངས་པ་ཡོད་ཀྱང་  
གཞོད་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འཆད་ཅིང་། སྟོབ་དཔོན་ཆོས་  
མཆོག་ན་རེ། ཚུད་པ་ལ་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་བསྟན་བཅོས་ཁས་སྦངས་པ་ཡོད་  
དུ་ཟིན་ཀྱང་། བསྟན་བཅོས་ནི་ཁས་ལེན་འདོར་བའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལས་བཤད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་འདི་ནི་ལུང་ཁས་ལེན་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་  
སྒྲིབ་རྟོ། ། ཞེས་འཆད་དོ། །

དེས་ན་ལུང་དེ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་  
ཆ་ལ། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་གཉིས་ཀྱིས་གཞོད་པ་ཡོད་མེད་སོགས་  
བརྟགས་པས། དེ་ལྟར་ཡུལ་གཉིས་ལ་དབྱུང་པ་རྣམ་པར་དག་ན། དབྱུང་པ་  
གསུམ་གྱིས་དག་པ་དེ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཆད་མར་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་

འདོད་པའི་དུས་ཡིན་པས་དེའི་ཆེ་དེ་འབྲེལ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ནི་རང་གི་དོན་  
དང་འགལ་བའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུབ་གི་དོན་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་  
འབྲེལ་བསྟན་བཅས་དེས་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་དེ་དང་ནི་འགལ་བར་སེམས་པ་མི་  
རུང་བའི་བྱིར།

འོ་ན་དབྱུང་བ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་དེ་གཞལ་བྱའི་གནས་  
ཐམས་ཅད་ལ་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་ཁས་སྦངས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གཞལ་  
བྱའི་གནས་གསུམ་པ་ཤིན་ཏུ་ལྷོག་གྱུར་ལ་ནི་དཔྱོད་པ་འཕོ་བ་ན། དབྱུང་  
གསུམ་གྱིས་དག་པའི་བསྟན་བཅས་སྐྱ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་པར་རིགས་པ་དང་  
ལྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཚུར་མཐོང་གི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་དང་། གྲགས་  
པའི་རྗེས་དཔག་འཇལ་བྱེད་དུ་མི་འཇུག་པ་བྱིར་རོ། །

ནི་ཞེས་པའི་དགར་ཆོག་གི་རྒྱས་པས་འཕངས་པ་ནི། དབྱུང་གསུམ་  
གྱིས་དག་པའི་ལུང་ཡིན་ཀྱང་གཞལ་བྱའི་གནས་གཞན་གཉིས་ལ་དབྱུང་བ་  
འཕོ་བ་ན། སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཚུལ་མཐོང་གི་  
དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱགས་ཀྱི་ཆད་མ་དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་སོགས་  
ཀྱིས་ཅི་རིགས་པར་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །

ལུང་ཆད་མར་ཁས་སྦངས་པའི་སྐབས་དེར་ཡང་ཞེས་པའམ། ཤིན་ཏུ་  
ལྷོག་གྱུར་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་དེར་ཡང་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ནི་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་དབྱུང་གསུམ་གྱིས་དག་  
པའི་ལུང་གིས་གཞོན་པ་ཉིད་སྦང་བར་བྱ་ཞེས་པའམ། ཉགས་དེས་གཞོན་པ་



ཉིད་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། འབྲེལ་ཡུལ་སྤྱིགས་ན། དེ་ལ་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་ཀྱང་ཁྱེད་པེ་ལོང་། དེ་ཁྱེད་པེ་ལོང་སྤྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་ཁྱེད་པེ་ལོང་བས་  
 ཉགས་འགལ་བར་སྤྱིར་རོ། །གཞན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལ་གཞོན་པ་ནི། ཉགས་  
 གྱི་སྤྱོན་མིན་ཏེ། ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཅེ་སྟེ། གཞལ་བྱའི་གནས་གཞན་གཉིས་ལ་ཡུལ་ལྷུང་སྐྱབ་བྱེད་དུ་  
 ཁས་སྤངས་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་ནི་མ་ལུས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཞེ་ན། དཔྱོད་པའི་གནས་ཀྱན་ལ་བསྐྱབ་བཅོས་དག་སྐྱབ་བྱེད་དུ་གཟུང་  
 དགོས་ཞེས་པའི་ལུགས་འདི་རིགས་པ་གང་གིས་བྱས་ཤིང་། རིགས་པས་  
 གྲུབ་པར་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟ་ན་དེ་ནི་བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་མཐའ་མེད་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས། དུ་བས་མེ་ནི་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། ། དེས་ན་  
 གྲུབ་མཐའ་ལ་སྒོ་ཁ་མ་སྤྱོད་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་པོ་སྤྱི་བའི་ཚོ།  
 ལྷུང་གི་ཡན་ལག་མེད་པ་རེད་བྱུང་སྤྱི་བར་འགྱུར་ཞིང་། ལྷུང་གི་ཡོན་ཏན་  
 དང་ཉེས་པ་གང་ཡང་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་དཔྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལྷུང་ལ་  
 བརྟེན་དགོས་པའི་གྲུབ་མཐའ་མི་བཟོད་པའི་གཞོན་དང་འབྲེལ་བ་འདི་ནི། གྱེ་མ་  
 ཁྱོད་ལ་སྤྱི་ཡིས་བགོས་པ་ཡིན་ཞེས་དབྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལྷུང་དོན་མཐའ་དག་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་མཚན་དགག་པ་  
 ནི། གལ་ཏེ། མཐུན་དཔེ་ལ་རང་གིས་ཁས་སྤངས་པའི་བསྐྱབ་བཅོས་དེ་  
 ལས། ཚོས་ཅན་དེའི་ཚོས་སྤྱི་བཤད་པ་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཅིག་  
 ལུ་དེ་ཉིད་ལ་བྱུང་བའི་བྱུང་འབྲེལ་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་

དགོས་པའི་སྒྲིབ། ཉགས་དེས་ཆོས་ཅན་དེའི་ཆོས་སུ་ལུང་ལས་བཤད་པའི་  
དོན་གཅིག་ལ་གཞོད་ན་ཡང་། སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཉགས་ཡང་དག་འགོད་ཚུལ་འདི་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ལུགས་ཡིན་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་དེ་འདྲའི་ཉགས་ཡང་དག་  
འགོད་ཤེས་པ་མི་སྤིང་པའི་སྒྲིབ།

གཞན་ཡང་། སྐྱ་མི་ཉག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་ཉགས་སུ་བཀོད་པ་ན། བྱས་  
པ་དེས་སྐྱ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་སྐྱ་དེའི་ཆོས་སུ་ལུང་ལས་བཤད་པ་ནམས་  
ནི་སྐྱ་ལ་མ་གྱུབ་པས་སྐྱ་ལ་མི་ཉག་པ་མ་གྱུབ་པར་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་འགྱུར་ཏེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་མ་གྱུབ་ཀྱང་བྱས་པའི་ཉགས་ལས་མི་ཉག་པ་དེ་སྐྱ་ལ་  
གྱུབ་པ་ཡིན་ན་བྱས་པ་དེ་སྐྱ་མི་ཉག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་བརྗོད་རིགས་  
པའི་སྒྲིབ། དེས་ན་སྐྱ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་སྐྱའི་ཆོས་སུ་ལུང་ལས་བཤད་  
པ་དེ་དག་བཀག་པས། སྐྱ་ལ་མི་ཉག་པ་བཀག་པའི་གཏན་ཆིགས་སྟོན་ལྟར་  
དུ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དག་སྐྱ་ལ་མ་གྱུབ་ཀྱང་སྐྱ་  
ལ་མི་ཉག་བསྐྱབ་པའི་ཉགས་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིབ།

གཞན་ཡང་ཉགས་ཡང་དག་འགོད་པ་ན། ཆོས་ཅན་དེའི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་ཉགས་དེ་ལ་བྱབ་པ་དཔེའི་སྟེང་དུ་བསྟན་དགོས་ན། དག་སྐྱ་བའི་  
ཉགས་ལས་པ་རོལ་པོའི་བརྗོད་འདོད་དཔོག་ པ་དང་དུ་བའི་ཉགས་ལས་ལ་  
ལ་མེ་དཔོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ན། གང་ཟག་པ་རོལ་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་དག་སྐྱ་བ་ལ་བྱབ་པ་མ་ཐུན་དཔེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བསྟན་དགོས་པ་

དང་། དུ་ལྟན་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུ་བ་ལ་བྱབ་པ་མཐུན་དཔེ་ཆང་  
མང་གི་སྟེང་དུ་བསྟན་དགོས་པར་འགྱུར་ན་ཡང་། དེ་ལྟར་ཆོས་ཅན་ཆོས་ནི་  
མ་ལུས་པ། མཐུན་དཔེ་དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲངས་ཤིང་བསྟན་པ་མེད་ལ་ཁོ་  
ནར་ནི་སྐྱེ་བོས་ཆོག་དང་དུ་བ་སོགས་ལས་པ་རོལ་པོ་སེམས་དང་ལྟན་པ་  
དང་། ལ་མེ་ཡོད་སོགས་སུ་ཇེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། ཚུལ་དེ་ནི་  
འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ། དེ་དག་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་དག་རྟགས་ཡང་  
དག་ཡིན་ན། གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཡིས་སྐྱབ་བ་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྟགས་ལ་བྱབ་པ་དཔེའི་སྟེང་དུ་བསྟན་དགོས་པར་དམ་  
བཅས་པ་དེ་ལ་གཞོད་པས་དེ་དག་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་  
ལྟོག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་བྱབ་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་རྒྱ་  
དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། བྱས་པ་དང་དུ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་རྣམས་  
ནི་རང་སྟོགས་ཆོས་སུ་བྱབ་པའི་གཞིར་རང་གི་བསྐྱབ་བྱེད་ཆོས་དེ་ལྟ་བུ་  
དག་སྐྱབ་པ་ལ་བྱབ་པ་མི་འབྱུང་བས་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། བྱབ་སྟེ། རྟགས་དེ་དག་ནི་རང་སྟོགས་ཆོས་སུ་བྱབ་པའི་  
གཞིར་ཁོ་ལ་བའི་འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱེད་ཆོས་སུ་བྱུར་པའི་རྒྱ་དང་བྱབ་བྱེད་  
ཀྱི་དོན་དེ་དག་དང་། མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་བྱབ་པར་རྟོགས་པའི་  
བྱིར་ཁོ་ལ་གཞན་དག་གཏན་ཆོག་ས་དེས་ཅི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱེད་རྟོགས་པར་  
འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ་རྟོགས་བྱས་པའི་བྱིར། གཞུང་སྤྱི་ལོ་དེ་དག་གི་དོན་ངེ་

ལྷ་བ་བཞིན་འཆད་ཤེས་པ་སྒྲོན་ཆད་མ་བྱུང་བར་སྤང་དོ། །

གསུམ་པ་ལྷུང་དོན་ལ་གཞོད་པའི་རྟགས་བཞོད་ན་ཆོལ་བ་སྒྲོན་ཅན་  
དུ་འགྱུར་བ་དགག་པ་ནི། གལ་ཏེ། ལྷུང་དོན་བཀག་པས་རྟགས་སྒྲོན་ཅན་དུ་  
མི་འགྱུར་ན་ཡང་། ཆོལ་བ་སྒྲོན་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། རང་གིས་སྤར་ཁས་སྤངས་  
པའི་ལྷུང་དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། གཏན་ཆིགས་དེ་ནི་  
ཆོལ་བ་དེས་བསྐྱབ་བྱེད་བཟོད་པའི་ཉེས་པས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལ་  
གཞོད་བྱེད་དུ་ནི། གསར་དུ་སྐྱེས་པ་མིན་ཏེ། ཆོལ་བས་གཏན་ཆིགས་དེ་  
བཟོད་དམ་མ་བཟོད་ཀྱང་རུང་བྱས་པ་ནི། སྤྲན་མ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་  
སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་དང་འགལ་ཞིང་། དེ་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་དོ། །

དེ་ལྟ་ན། ཆོལ་བས་འདིར་སྤྲ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཞོད་  
པས་ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་བྱས། གལ་ཏེ། བྱེ་བྲག་པ་རང་གིས་ཁས་སྤངས་པའི་  
བསྟན་བཅོས་ལ་མ་བརྟགས་པར་གཞོད་བྱེད་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཆོལ་བ་སྒྲོན་  
ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ཆོལ་བས་མ་བཟོད་ན། དེ་ཅི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་  
ལ་གཞོད་པ་མིན་ནམ། རྒྱ་མཆོན་ཅིའི་ཕྱིར་ན་དེ་བཟོད་པའི་ཆོལ་བ་སྒྲོན་  
ཅན་ཡིན། བྱས་པ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས། སྤྲན་མ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་ལ་  
གཞོད་བྱེད་མིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར། དེ་བཟོད་པས་ཆོལ་བ་མི་རིགས་པ་བྱེད་པ་  
མིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན། གཏན་ཆིགས་ལྷར་སྤང་བཞོད་པས་ཀྱང་ཆོལ་བ་



སྐྱོན་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། གཏན་ཆིགས་བཟོད་དམ་མ་བཟོད་ཀྱང་། ལྟར་སྒྲང་  
 རྒྱལ་བས་འདིར་ཅི་བྱས། །རྒྱལ་བས་བཟོད་པའི་ཉེས་པ་ཡིས། །གཏན་  
 ཆིགས་ལྟར་སྒྲང་གྱུར་མ་ཡིན། །ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ། ཅོད་པའི་ཆོ།  
 གཞན་དག་ལ་རང་གི་དམ་བཅའ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་འགོད་  
 པར་ཁས་སྒྲངས་ནས་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲང་བཟོད་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་  
 པ་ཉིད་ནི་སྐྱབ་པའི་རུས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོན་མེད་པའི་གཏན་ཆིགས་བཟོད་  
 པས་རྒྱལ་བ་སྐྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། བྱེ་བྲག་པས་སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་  
 བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་འདིར་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཆོ་རྟགས་བྱས་པ་དེ་རྒྱལ་བའི་འདོད་ཡུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་རུས་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

སྤྱར་བཤད་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པ་ནི། གལ་ཏེ་བསྐྱན་བཅོས་ལ་ལར།  
 བཤད་པའི་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པའི་དོན་འགའ་ཞིག་རིགས་པས་  
 བྱབ་པ་མིན་ཀྱང་དེ་བཀག་པས་ན། རིགས་པས་བྱབ་པར་སྐྱ་བའི་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པ་ལྟ་བུ་གཞན་པ་དག་ཀྱང་འགོག་བྱེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་འདོད་པ་ནི།  
 རྒྱལ་བ་རིགས་ངན་པའི་ཚུལ་ལུགས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པར་བསྐྱན་ནས། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ཡང་ཡང་དག་པ་  
 མ་ཡིན་པར་བསྐྱན་པ་ནི། བསྐྱན་བཅོས་ལས། ཆོས་ཅན་དེའི་ཆོས་སུ་བཤད་  
 པའི་དོན་ཀྱན་གྱིས་རྟགས་ལ་བྱབ་པ་མ་བྱན་དཔེའི་སྤྱིར་དུ་མཚུངས་པར་  
 བསྐྱན་པར་བྱས་ནས་ནི། སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་བཟོད་པར་སུས་ཀྱང་རུས་པ་

མ་ཡིན་པ་དེས་ན། སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་བཟོད་པའི་ཆོ། དེ་ལྟར་བཟོད་དགོས་  
ན། གྱུན་དུ་བསྐྱབ་བྱེད་དང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ནམ་གཞག་འདི་ཉམས་པར་འགྱུར་  
རྟེ། །

བཞི་པ་དེ་དག་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། གཤམ་ཏེ་འགཤམ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་  
བའི་སྐྱབ་བྱེད་བཀོད་པ་སྟོན་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་པས་སྐྱ་ལ་ནམ་  
མཁའི་ཡོན་ཏན་བཀག་ཀྱང་། ཏྲགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར།  
བྱབ་སྟེ། གཞི་གཅིག་ལ་ཆོས་དངོས་འགཤམ་གཉིས་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་མཚུངས་  
གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པས་གཉིས་ཀ་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་སོང་ན།  
འགཤམ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། འདིར་ཡང་། སྐྱ་ལ་མི་ཏྲག་  
པ་བྱས་པས་འགྱུར་ལ། སྐྱ་ལ་ཏྲག་པ་སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་སྟོན་  
པའི་ལུང་གིས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འདིར་ནི་དེ་འདྲ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་འགཤམ་བ་  
རྒྱས་མཚུངས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་སྟེང་དུ་ཏྲགས་བྱས་པ་དེས་མི་ཏྲག་པ་  
དང་འགཤམ་བ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཆད་མས་ངེས་པ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་  
བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་སྐྱ་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་ལ་ཆོས་འགཤམ་བ་མི་ཏྲག་  
པ་དང་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་དག་གཞི་མ་ཐུན་དུ་འདུར་མི་རུང་ཞིང་། སྐྱ་མི་  
ཏྲག་པ་ཡིན་པར་བྱས་པའི་ཏྲགས་ལ་བརྟེན་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར།  
དཔྱིས་སྤྱིན་པར་བཤད་དོ། །

འོན་ཏེ། དེ་དག་པན་ཚུན་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་རྒྱས་མཚུངས་སུ་གྱུར་  
པའི་འགཤམ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་ནི་མིན་ཡང་། ཏྲགས་དེས་སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་

ཏན་ཡིན་པ་ལ་གཞིར་བཟུང་། བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་དོན་བསྐྱེད་པའམ། བཀག་པའི་  
 ཕྱིར་སྐྱེ་མི་ཏྲག་པ་ལ་གཞིར་བཟུང་སྐྱེན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྣམ་མཁའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་སྐྱེ་གཉིས་མ་འབྲེལ་ཀྱང་། ལུང་དོན་བཀག་པ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས།  
 ཏྲག་ས་ཀྱི་སྐྱེན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ། དེ་གཉིས་འབྲེལ་བ་བྱུང་བའི་རྒྱ་  
 མཚན་གྱིས་ཏྲག་ས་ཀྱི་སྐྱེན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་ལུང་དོན་  
 བཀག་པ་ཙམ་གྱིས་ཏྲག་ས་ཀྱི་སྐྱེན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། བསྐྱེད་བྱ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཏྲག་ས་ཐམས་ཅད་གྱིས་གཞིར་བཟུང་བར་ཐལ། ལུང་དོན་འབྲེལ་  
 མེད་གཅིག་བཀག་པས་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་ལ་གཞིར་བཟུང་།

གལ་ཏེ། རྣམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་དེ་སྐྱེད་ཆོས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེས་  
 བ། དེ་ཉིད་ལ་ཏྲག་ས་ཀྱིས་གཞིར་བཟུང་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་ལ་གཞིར་བཟུང་  
 གྱི། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་གཞིར་བཟུང་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་ལ་གཞིར་བཟུང་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། རྣམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྐྱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་དུ་ཆུག་ཀྱང་།  
 སྐྱ་རྣམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་བཀག་པས་སྐྱ་མི་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་  
 ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་བཀག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ། སྐྱ་རྣམ་མཁའི་ཡོན་  
 ཏན་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་སྐྱབས་སུ་མ་བབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཏྲག་ས་ཀྱུན་རང་གི་  
 བསྐྱེད་བྱ་ལ་ལྟོས་ནས་དེ་བསྐྱེད་མི་རུས་ན་སྐྱེན་ཅན་དང་། རུས་ན་ཡོན་ཏན་  
 ཅན་དུ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་མེད་ན། བསྐྱེད་བྱའི་ཆོས་མི་ཏྲག་པ་  
 མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་དོན་འདིར་ཆད་མས་ཏྲག་ས་པ་མེད་གྱི། འོན་ཀྱང་

ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་བཀག་པས་མི་རྟག་པ་ལ་གཞོན་པ་འདིར་ནི། བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི་དོན་ལ་གཞོན་པ་འབའ་ཞིག་གི་སྟོན་ས་སྟོན་ཅན་དུ་སོང་བ་ཡིན་  
པར་འདོད་དགོས་ལ། དེ་ནི་རྟགས་གཞན་གྱིས་གཞོན་པ་བྱས་པ་དང་། ཆོས་  
ཅན་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པ་ལའང་མཚུངས་པའི་སྟེར། ཐམས་ཅད་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་གཞོན་འགྱུར། ཞེས་པའི་སྟོན་སོན་གནས་སོ། །

གཉིས་པ་རང་སྡེ་ལུང་དོན་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་དགག་པ་ལ། འདོད་  
པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་འབྲེལ་  
བྱེད་སྣ་མ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གལ་ཏེ། བསྟན་བཅོས་ཆད་མར་ཁས་སྦངས་པའི་  
སྟེར། རང་གིས་ཁས་སྦངས་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ་ལས་བཤད་པ་མཐོང་བའི་  
དོན་མ་ལུས་པ་རང་གིས་བསྐྱབ་བྱར་བྱེད་དགོས་ཏེ། དེ་སྣ་མ་ཡིན་ན་བསྟན་  
བཅོས་ཁས་ལེན་པ་དོན་མེད་པའི་སྟེར་རོ། །དེ་ཡང་བསྟན་བཅོས་རང་དབང་  
དུ་སྐྱབ་བྱེད་ཆད་མ་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་གྱིས་བྱུ་བ་བྱེད་པའི་སྟེར། བསྟན་བཅོས་  
ཀྱི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཆད་མ་གཞན་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ། །

དེས་ན། རང་དབང་དུ་སྐྱབ་བྱེད་ཆད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྟེར། བསྟན་  
བཅོས་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་མི་སྟེ་བ་ཡིན་པར་རྟགས་གྱིས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྟེར། ལུང་དང་འགལ་བ་དམ་བཅའ་དང་རྟགས་  
ཀྱི་སྟོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ཡང་སྟོགས་སྣ་མ་འདིའི་དོན་ནི་རང་གིས་  
ཁས་སྦངས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་མཐའ་དག་བྱས་པ་སྟེ་བྱའི་རྟགས་



གཅིག་གིས་བསྐྱབ་བྱར་བྱེད་དགོས་ཞེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། དངོས་  
 ལྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞིན་སྐྱབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ལྟར་  
 བསྐྱན་བཅོས་ཚད་མར་ཁས་ལེན་པས་ནི། བསྐྱན་བཅོས་དེ་ཉིད་རང་གི་  
 བརྗོད་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་བར་ཉགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། རང་  
 གིས་ཁས་སྒྲངས་པའི་བསྐྱན་བཅོས་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 མི་སྦྱ་བར་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་ཆེ་ན། བསྐྱན་བཅོས་དེའི་བརྗོད་བྱ་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱབ་བྱར་འབྱུར་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། སྦྱིན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་  
 བ་དེ་སྦྱིན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་བར་སྦྱོན་པའི་ལུང་རང་གི་བསྐྱན་བྱའི་  
 དོན་ལ་མི་སྦྱ་བར་སྐྱབ་པའི་ཉགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་དམ་བཅའ་མ་ཡིན་པའི་ལུང་དོན་གང་ཡང་མེད་དོ། །དེས་  
 ན་བྱས་པས་སྦྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཆེ་ནའང་། རང་གིས་ཚད་མར་ཁས་  
 གྲངས་པའི་བསྐྱན་བཅོས་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་ལ་མི་སྦྱ་བར་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས་དེའི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་དེའི་ཆེ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་པས། སྤྱི་རྒྱུ་ལ་བ་སོགས་ལས་བྱུང་བར་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེན་མོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། དེའི་སྦྱོན་སྟོང་དགག་  
 པ་དང་། དོན་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ། དཔེ་ཉགས་མ་གྲུབ་པ་དམ་  
 བཅར་ཐལ་བ་དང་། རང་སྦྱ་སྟོས་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 གོ་ལ་བས་ཁས་སྒྲངས་པའི་བསྐྱན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་པར་སྦྱ་བའི་དཔེ་

དང་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་གྱང་། དམ་བཅའ་བར་ནི་ཐལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ། རང་གིས་ཁས་སྒྲུབ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ན། དམ་  
བཅའ་ཡིན་པས་བྲུབ་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ། རྒྱུ་བྱེད་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་ནི་དམ་  
བཅའ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་པ་གཞིན་པའི་ཕྱིར་དུ། རིགས་སྒྲོར་དམ་བཅའི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་འདོད་པ་དང་། གུན་ལས་བརྟུས་སུ་ངེས་གཟུང་སྒྲོས་  
པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་དམ་བཅའ་ཡིན་ན།  
བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ཡང་། བསྒྲུབ་བྱ་ཡིན་པ་  
རིགས་པས་འཕྲོ་བའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་སྒྲོས་པ་ཅམ་  
ལས་ཕྱོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་ཡིན་ན་ཤོལ་བས་བསྒྲུབ་བྱར་འདོད་པ་ཞིག་  
དགོས་ཤིང་། དེ་འདྲི་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ནི། ཤོལ་བས་བསྒྲུབ་བྱར་མི་  
འདོད་པའི་ཕྱིར། བསྒྲུབ་བྱ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན། ཤོལ་བས་སྐབས་ཀྱི་བསྒྲུབ་  
བྱར་མི་འདོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་གྱུར་པའི་ཆོས་གཞན་ཡང་  
སྐབས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བྱ་མིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་ན། དེའི་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་བསྒྲུབ་  
པར་བྱ་བ་མིན་པའི་ལུང་དོན་ལ་གཞིན་པས་རྟགས་འགའ་བར་ཅི་ཞིག་  
འགྱུར། གཉིས་པ་ནི། གུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་རང་ཉིད་སྒྲ་ཡང་ཕྱོགས་ཀྱི་  
མཚན་ཉིད་ལས་སྤྱོད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ཀྱི། དེའི་བྱར་དུ་སྒྲོས་པ་  
དོན་མེད་པར་ཐལ། སྒྲ་མི་རྟག་སྒྲུབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ་ན་  
ཡང་རང་གིས་ཁས་སྒྲུབ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་

བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་དེའི་སྒྲིན་སྒྲོང་དགག་པ་ལ།      བསྟན་བཅོས་ལ་འདོད་པས་  
 འཇུག་ལྗོག་བྱེད་པར་ཤེས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་དགག། ཆོས་ཅན་སྤྱན་མོང་  
 དུ་བྱུབ་ཟིན་པ་དགོས་པར་ཤེས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་དགག། ཆོས་ཅན་  
 ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་དོན་དུ་སྒྲོས་པ་ཡིན་པ་དགག།  
 དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ། ཁས་སྤངས་པའི་བསྟན་བཅོས་སྤྲུལ་ལ་གཞི་དཔེ་མཐོང་  
 བ། དེ་དོར་ནས་བསྟན་བཅོས་གཞན་ལ་འདོད་པས་འཇུག་པར་ཤེས་པའི་  
 དོན་དུ། རང་ཉིད་འདོད་ཅེས་པའི་ཆོག་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཅེ་ན། འོ་ན་རང་གི་འདོད་  
 པ་བཞིན་དུ་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་ལྗོག་བྱེད་མི་རུས་སམ་སྟམ་པའི་དོགས་  
 པ་འདི་གང་ཟག་གང་གི་རྒྱུ་ལ་འབྱུང་བ་སྒྲོག་དགོས་པ་ཡིན། གཞུང་ཁ་  
 ཅིག་ཏུ། གང་ལས་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན། རྒྱ་མཚན་གང་ལས་ཡིན་ཅེས་  
 སྐར་རོ། །དེ་ཡང་གང་ཟག་ཏོག་ལྡན་བསྟན་བཅོས་ལ་རང་ཉིད་འཇུག་ལྗོག་  
 བྱེད་འདོད་པ་བཞིན་དུ་བྱར་རུང་བར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ། རང་ཉིད་སྒྲོས་མི་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ནི་ལུང་དེའི་དོན་ཚད་མས་བཀག་པ་མེད་པར་ངེས་ན། ལུང་དེ་  
 ཚད་མར་འཛིན་པ་གང་གིས་ཀྱང་བསྒྲོག་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་  
 ཚད་མས་བཀག་པར་ངེས་ན་ཡང་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆོག་ཅམ་ལས་ཐབས་  
 གང་གིས་ཀྱང་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱན་པོ་དེ་ལྟར་དོགས་  
 པ་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡང་། རང་སྤྱོད་སྒྲོས་པ་དོན་མེད་དེ། སྐྱེལ་བ་སྤྱན་པོ་དེ་  
 དག་སྤྲུང་ཡང་བྱུབ་མཐའ་ནི། རང་གི་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན་ཅིང་། དེ་ནི་

སྤྱིས་ཀྱང་རྟོག་དཔྱད་མི་བྱེད་པར་ཅི་ཞིག་ལྟར་ལུང་གཞན་ཆད་མར་འཛིན་  
པ་ནི། ཅིས་མི་ཐོབ་སྟེ་ཐོབ་པའི་བྱིར།

དེས་ན་ལུང་དོན་ལ་གཞོད་པས་འདོད་ལུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་  
མེད་པ་དང་། ཁས་སྒྲངས་པའི་ལུང་དོན་མཐའ་དག་སྐབས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་མིན་  
པ་དང་། ལུང་དོན་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་གཞོད་པས། སྐབས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
གཞོད་ན། ཉེས་པ་ཐུག་པ་མེད་པར་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་འདྲི་ལོག་པར་  
རྟོག་པ་བསལ་བའི་བྱིར། ཀྱན་ལས་བརྟུས་པ་འདིར་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་སྒྲོས་  
པར་མཛད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཁས་ལེན་པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཅན་ཐུན་མོང་དུ་གྲུབ་ཟིན་དགོས་པར་ཤེས་པའི་དོན་  
ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་ནི། བྱོགས་སྔ་སྔ་བ་པོ་སྔ་མ་ལས་གཞན་པའི་ཀྱན་  
ལས་བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཆེ་ན། བྱི་  
ནང་གི་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་རང་རང་གི་འདོད་པ་ནམ་མཁའི་ཡོན་  
ཏན་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་དག་ཡོངས་སུ་  
སྒྲངས་ནས་གཉི་ག་ལ་ཐུན་མོང་དུ་རབ་ཏུ་གྲགས་ཤིང་། མཐུན་སྒྲུང་དུ་གྲུབ་  
པའི་ཆོས་ཅན་སྐྱ་ཅམ་དག་ནི་ཅོད་གཞིར་གཟུང་དགོས་པར་ཤེས་པའི་དོན་  
དུ། རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཟེར་རོ། ། དེའི་བྱིར་དུ་རང་སྐྱ་སྒྲོས་  
པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་རྟོན་ཆོས་ཅན་བྱེད་གཞིར་  
གཟུང་ནས་བྱེད་ཆོས་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་  
རྟོན་ཆོས་ཅན་དེ་ནི་གཉི་ག་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ཏེ།



རང་རང་གི་འདོད་པས་བརྟགས་པའི་ནམ་མཁའ་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
 རང་གི་རྟེན་ཆོས་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་གཞིར་བཟུང་ནས་དེའི་སྟེང་དུ་རྟག་མི་  
 རྟག་སོགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ལ། རྩོད་པ་བྱེད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་མ་མིན་པར་ཤེས་པའི་དོན་  
 དུ་སྟོས་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ནི། འབྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་ན་དེ། ཅི་སྟེ་ཆོས་ཅན་  
 གྲུབ་ཟིན་དུ་ཤེས་པ་ཅན་གྱི་སྤྱིར་དུ་སྟོས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་གཉི་ག་ལ་  
 ཟུན་མོང་དུ་གྲུབ་ཟིན་པར་བསྟན་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་  
 བྱ་མིན་པར་ཤེས་པའི་དོན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབ་བརྩོད་དོ་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་  
 ཅན། ཆོས་ཅན་གྲུབ་ཟིན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་  
 ཤེས་པའི་སྤྱིར་དུ། ཀྱན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་སྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆོག་  
 ཟུར་དུ་རང་ཉིད་སྟོས་མི་དགོས་པར་ཐལ། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་བསྟན་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཆོག་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དེ་རྟོག་རྒྱས་པར་དགོངས་ནས། གཞན་དོན་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་དེའི་ཆེ་སྐྱབས་ཀྱི་སྤྱི་གྲོལ་གྱིས་གྲུབ་ཟིན་པ་དང་། སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པའི་ངོ་བོར་ནི་བསྟན་པ་དག་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་སོ་ཞེས་  
 ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། སྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་  
 བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་པ་འདི་ནི་འབྲས་བུ་དང་ལྗན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་མིན་པར་ཤེས་  
 པའི་ཆེད་དུ་ཡང་། སྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་རང་སྐྱབ་སྟོས་པ་དོན་མེད་

པར་ཐལ། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པའི་སྤྱིའི་  
ནི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དུ་རང་དོན་ནི། ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་ཡིན།  
ཅེས་སོགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ཅན་ཡན་གར་བ་  
བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་རུས་ཤིང་། སྤྱོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པའི་  
སྐབས་འདིར་ནི་དེའི་ཆེད་དུ། རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་སྐད་མ་བསྟན་ཀྱང་  
སྤྱོད་ཀྱི་ལ་མ་བྱུང་བྱུང་ཆེས་སོགས་ཀྱི་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་  
ཕྱིར།

སྐབས་འདིར། འགྲེལ་བྱེད་གཞན་དག་གིས་སྤྱི་ཞེས་པ་སྤྱི་མཚན་ལ་  
བྱས་ནས། རང་མཚན་དུ་གྱུར་པའི་ཚོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་  
པའི་ཕྱིར་དུ། རང་སྐྱོས་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་སྐྱར་བ་ནི། རྗེས་  
དཔག་གིས་རང་མཚན་མི་འདྲེལ་བར་ཁས་ལེན་པའི་ངན་རྟོག་ རྩོམ་ཡུལ་དུ་  
འཆངས་པ་སྟེ། ལུགས་ངན་པ་དེ་ནི་ཁོ་བོས་ཆད་མ་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་དུ་  
རྒྱས་པར་བཀག་བྱེད་པའི་ཕྱིར། འདིར་མ་བྲིས་སོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག་དུ་བས་ལ་ལ་མེད་པོག་པ་ན། གསལ་བ་དང་འབར་བ་  
སོགས་ཀྱིས་བྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་མེ་སྤྱི་ཅ་མ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་དོན་དུ་  
འཆད་པ་ཡང་། ཅོད་པ་དང་། ཅོད་ལན་སོགས་ཏ་ཅང་འགྲེལ་བར་མ་མཐོང་  
ཞིང་། ཁོ་བོ་འབར་ཞིག་གིས་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ། ཚོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱར་བྱ་ནས་དེ་  
ལས་ཉེས་པ་ཅིར་འགྱུར་བས་དེ་གཅོད་པའི་ཆེད་དུ་རང་སྐྱོས་པ་ཡིན་ཞེས་

གྲིས་པས་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་དེ་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱབ་མི་རུས་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ན།  
དེ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་མི་སྤྱིར་ཅིང་། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན།  
བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་པར་འགྱུར་བས། དཔེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་བ་  
དང་། རྟགས་དཔེ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར།

དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་སྤང་བའི་སྤྱིར་དུ་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་  
དུ་རང་སྐྱ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་པ་སྤང་བའི་སྤྱིར་དུ་སྟོགས་  
ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་རང་སྐྱ་སྟོས་མི་དགོས་པར་ཐལ། རྟགས་དཔེ་ལ་  
རྗེས་འགོ་མེད་པ་དང་། དཔེ་སྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་བ་འདི་ནི་རྟགས་དཔེ་  
དེ་དག་གིས་སྟོན་མིན་ནམ་ཏེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱ་སྟེ། སྟོར་བ་སྟོར་གཅིག་  
གི་ཡན་ལག་སྤྱིས་རྟགས་དཔེ་ལ་སྟོས་པའི་སྟོན་ནི་སྟོར་བ་དེ་སྟོར་ཀྱི་  
སྟོགས་སྟོན་དང་གཞི་མ་ཐུན་དུ་འདོད་པ་རིགས་པ་མིན་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་སྟོགས་བསྐྱབ་མི་རུས་ཤིང་འགྱུར་བ་ལ་གོགས་  
བྱེད་པའི་སྤྱིར་སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་ནའང་སྟོར་བ་  
སྟོར་གཅིག་གི་གཏན་ཆིགས་དང་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་མ་ལུས་པ་  
ཡང་། སྟོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྟོགས་འགྱུར་པ་ལ་གཞོན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེའི་སྤྱིར་དམ་བཅས་པ་དེ་ཅམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འདོད་རིགས་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་པ་དཔེ་རྟགས་ལ་སོགས་  
པའི་སྟོན་ནམས་ནི། སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་མིན་ཏེ། དེ་ཡང་དམ་བཅས་

བ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱོན་རིམ་བྱ་ཞེ་ན། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་  
བ་ལ་སོགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི། སྒྲ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན། བུམ་པ་རྟག་ ཅེས་  
སོགས་སུ་དམ་བཅས་པའི་དམ་བཅའི་སྐྱོན་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

གལ་ཏེ། གཏན་ཆོགས་ལ་སོགས་ཉེས་པ་ཡང་། །སྟོགས་ཀྱི་སྐྱོན་དུ་  
ཐལ་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་པ་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་མི་འདོད་པ་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་ཡང་  
དག་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ལན་ཐེབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་གི་རྟགས་དཔེའི་ཉེས་པ་ཡང་། སྐྱོར་བ་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་སྟོགས་ཀྱི་སྐྱོན་དུ་ཁས་སྦྱངས་ན་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ལྟར་ན་  
སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་སྐྱོན་པའི་ཆེ་ན། རྟགས་དང་དཔེའི་སྐྱོན་མ་ལུས་པར་  
གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་བྱུང་ཆད་མར་སྐྱོས་དགོས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་  
ན་སྐྱོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྦྱང་པོས་ཀྱན་ལས་བརྟུས་སུ་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་  
ཉིད་བཤད་པ་ནི། སྐྱོན་ཆགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆན།  
རྟགས་དཔེ་སོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བསལ་བྱ་སེལ་བ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་  
དམ་བཅའ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བའི་མ་ཁྲབ་པ་དང་། དེ་ལས་བསྒྲིག་པ་ཁྲབ་ཆེས་  
པའི་ཉེས་པ་དག་ནི་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། གཞུང་འདི་དག་གི་བྱས་པ་འབྱིན་ཞེས་པ་སྐྱོན་ཆད་མ་བྱུང་བར་  
སྦྱང་རོ། །

འོ་ན་ཀྱན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་བྱུང་རྣམས་  
ཀྱིས་དམ་བཅའ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བའི་མ་ཁྲབ་ཁྲབ་ཆེས་ཀྱི་སྐྱོན་གང་གཙོད་



ཅེ་ན། རང་ཉིད་ཚིག་མཐོང་དེ་བཞི་སྒྲ་མ་བསལ་བ་དང་བཅས་པ་དག་གིས། མ་  
ཁུབ་པ་ལས། རྟོག་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། འདོད་སྦྲས་མ་ཁུབ་སེལ་  
བར་བྱེད་དོ། །

གལ་ཏེ། རྟོགས་མིན་པ་ལ་ཡང་ཁུབ་ཆེས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ། རང་  
ཉིད་དང་། ཚིག་མཐོང་དང་། དེ་བཞི་སྒྲ་སྟོས་དགོས་ན། རིགས་སྟོར་བཤད་པའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་ཉིད་ལ། རང་ཉིད་དང་ཚིག་མཐོང་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
མཆན་ཉིད་སྟོན་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། ཞེ་ན། རིགས་པའི་སྟོར་བསྐྱབ་བྱར་གྲོལ་  
བས་ཁས་སྤངས་པའམ། འདོད་པར་གྱུར་པ་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་མ་བསལ་  
བ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ནི། རྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཁུབ་ཆེས་པའི་སྟོན་མེད་པ་  
ཡིན་ཏེ། རྟོགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་ནི་རྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་  
འདིའི་འཇུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བསལ་བ་ནི་ཆད་མས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་  
དང་། ཆད་མས་གྲུབ་ཟིན་པ་སོགས་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ནི། མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་  
གྲོལ་བས་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྤངས་པར་གྱུར་པ་ཞེས་པ་དེ་འཇུག་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་རིགས་སྟོའི་རྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དེ་ལ་རང་ཉིད་ཚིག་མཐོང་  
དངོས་སུ་སྟོས་པ་མེད་ཀྱང་། དེའི་དོན་ཆང་བ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱར་ཁས་  
སྤངས་པ་ཞེས་པས་སྤྲ་གྲོལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་འུགས་ལ་འཕེན་  
པའི་ཕྱིར། རང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡོད་ལ་ཀ་བའི་རྒྱུན་ད་ལྟར་ཀྱི་དུས་གོ་བྱེད་དུ་  
ཡོད་པས་ཚིག་མཐོང་ཀྱི་དགོས་པ་ཡང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཀུན་ལས་བདུས་སུ། རང་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྒྲངས་པ་ཞེས་  
བས་ཤུགས་ལ་འཕེན་རྒྱས་ཀྱང་དངོས་སུ་སྒྲོས་ཤིང་། རིགས་སྒྲོར་ཤུགས་  
ལས་འཕེན་རྒྱས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་དངོས་སུ་མ་སྒྲོས་པ་ནི། ཀུན་ལས་  
བདུས་སུ་བཤད་པ་ལོག་རྟོག་གཙུག་པོར་སེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཅིང་།  
རིགས་སྒྲོར་བཤད་པ་རིགས་མི་མཐུན་གཙུག་པོར་སེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་ཏེ། ལོག་རྟོག་གཙུག་པོར་སེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་ལ་ནི། ཆོག་ཟུར་  
དཔྱིས་སྤྱོད་པ་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་མཆོན་ཉིད་གཉིས་དོན་ལ་བྱད་  
བར་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན། ཀུན་ལས་བདུས་པར་ཡང་། འདོད་ཆོག་གིས་ད་  
ལྟར་བའི་དུས་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་སྤྱོད་པ་  
བསལ་བས། ཆོག་སྤྱད་སྒྲོས་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། ཀུན་ལས་  
བདུས་ཀྱི་གཞན་དོན་བསྐྱབ་བྱའི་མཆོན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆོག་ལ་བསྟན་བྱ་བ་  
ཞེས་བསྟན་པའི་ཆོག་ཏུ་གཙུག་པོར་མ་འབྲེལ་ན་དེའི་ཆོ། རང་ཉིད་འདོད་པ་  
བརྗོད་པ་ཡིས་ཁོ་ནའི་ངེས་བཟུང་གི་དོན་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ད་ལྟ་སྤྱོད་པ་  
མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་རྒྱས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། བསྐྱབ་བྱེད་པར་རང་ཉིད་འདོད་  
པར་གྱུར་པ་མ་བསལ་བ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་དག་ནི། སྤྱོད་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་དུས་གསུམ་ག་ལ་འཇུག་པའི་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གྱི་མཐའ་

ཅན་བསྟན་བྱ་བ་ཁྱད་གཞི་སྟོན་པའི་ཆིག་ཏུ་གཙོ་བོར་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར། དེས་  
བཟུང་མ་སྟོས་ན། དུས་གཞན་མ་འོངས་པ་ན་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་ཞིང་། ད་ལྟ་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་རྟགས་ཀྱང་སྟོགས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
དེ་དག་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱར་རང་ཉིད་འདོད་པར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
ཏེ། སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་རྟགས་མ་གྲུབ་ཅེས་ལན་བཏབ་པ་ན་བསྐྱབ་དགོས་པའི་  
སྤྱིར། དེ་བས་ན་དེ་ལྟ་བུ་སྟོགས་ཡིན་པ་བཅད་པའི་སྤྱིར། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་  
དུ་ཆིག་སྤང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆིག་སྤང་གིས་ནི། བསྟན་བྱ་བ་ཁྱད་གཞིར་འབྲེལ་ཡང་། ད་ལྟ་སྐྱབ་  
བྱེད་དུ་བཀོད་ཅིང་མ་འོངས་པ་ན་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་བའི་གཏན་ཆིགས་ད་ལྟ་  
སྟོགས་ཡིན་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། ཆིག་སྤང་དེས་བསྟན་བྱ་བ་ཁྱད་གཞིར་  
འབྲེལ་ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱེད་གཞི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཡིན་པ་གཙོ་བོར་བྱས་  
པའི་སྤྱིར།

འོ་ན་རིགས་པའི་སྟོར་བཤད་པ་ལྟར། ཀུན་ལས་བདུས་སུ་ཡང་འཆད་  
པར་རིགས་ཀྱི་ཉེས་པ་མང་པོ་སྤང་དགོས་པའི་བསྟན་བྱ་བ་ཁྱད་གཞི་སྟོན་  
པའི་ཆིག་ཏུ་འབྲེལ་བར་སྟོས་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལ་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་  
ན་རེ། སྐྱབ་དག་ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་དུ་འདོད་པ་དག་གི་ལོག་རྟོག་དགག་པའི་  
ཆེད་དུ་སྟོགས་སྐྱབ་དག་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་བྱ་མ་ཡིན་མོད། ཅི་སྟེ་བསྟན་  
ན་ཡང་། མཆོན་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་དང་ལྔ་ན་པར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
ཞེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་བརྟག་པ་མཐའ་བཟུང་གི་ཚུལ་དུ་སྟོས་པར་མཛད་

དོ། ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ན་བསྟན་བྱ་བ་ཞེས་པའི་དོན་སྐྱབ་ངག་གིས་  
དངོས་སུ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ལ་འཆད་དགོས་པས། བསྟན་བྱ་བ་བྱུང་གཞི་སྟོན་  
པའི་ཆིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ངོ་བོ་ལ་སོགས་ཆོས་ལྔ་ཆང་བ་འདི་སྟོགས་ཀྱི་  
མཆན་ཉིད་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོགས་ཡིན་ན་སྐྱབ་ངག་གིས་དངོས་  
སུ་བསྟན་བྱ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་སྟེར། དེར་ཐལ། སྟོགས་ཆིག་སྐྱབ་ངག་  
གི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་སྟེར། འདོད་ན། ཀྱན་ལས་བདུས་སུ་  
སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡང་དག་མ་བཤད་པར་ཐལ་ལོ། །

དེས་ན་འདི་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་ནི་སྐྱབ་ངག་གིས་དངོས་  
སུ་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ན། དཔེ་རྟགས་ཀྱི་རྒྱས་ཡུལ་སྟེ་གོལ་གྱིས་གང་  
ཡིན་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དོགས་པ་གཅད་པའི་སྟེར་དུ།  
སྟོགས་ནི། བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་ནར་རང་ཉིད་འདོད་པར་སྐྱབ་བྱེད་བརྗོད་པའི་  
ཤྱགས་ཀྱིས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཆད་མས་མ་བསལ་བ་  
ཞིག་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྟེར་དུ། ངོ་བོ་ཁོ་ན་བསྟན་བྱ་བ། །རང་  
ཉིད་འདོད་དང་མ་བསལ་བ། །ཞེས་བསྟན་བྱ་བའི་ཆིག་དང་འབྲེལ་བར་སྟོས་  
སོ་ཞེས་བྱ་བའམ། ཡང་ན་རིགས་པ་ཅན་པ་དག་བསྐྱབ་བྱར་བསྟན་པར་བྱ་  
བ། སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད་པས་དེ་ལས་བྱུང་པར་དུ་བྱ་བའི་སྟེར།  
བསྐྱབ་བྱར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཅམ་སྟོགས་ཡིན་ན། དཔེ་རྟགས་མ་བྱུང་བ་ཡང་  
སྟོགས་སུ་འགྱུར་བས་དེ་ཅམ་ནི་སྟོགས་མ་ཡིན་གྱི། སྟོགས་ཡིན་ན། བསྐྱབ་



བྱ་ཁོ་ནར་བསྟན་པ་ཅིག་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་བསྟན་བྱ་  
བ་ཞེས་པའི་ཆིག་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་བསྟན་བྱ་བ་བྱུང་གཞིར་འབྲེལ་བའི་དོན་ནི། བསྟན་པར་བྱ་  
ཞེས་པ་བཤད་པའི་གཞིར་བྱས་ནས། གང་བསྟན་པར་བྱ་ན། བསྟུབ་བྱ་ཁོ་  
ནར་རང་ཉིད་འདོད་ཅིང་མ་བསལ་བའོ། །ཞེས་བཤད་དགོས་པའི་དོན་ཏོ། །

འོ་ན་རིགས་སྟོའི་འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་གིས་ད་ལྟ་སྟབས་བྱེད་དུ་  
བཀོད་ཅིང་། མ་འོངས་པ་ན་བསྟུབ་བྱར་འགྱུར་བའི་གཏན་ཆིགས་སོགས་ད་  
ལྟ་སྟབས་ཡིན་པ་གཙོ་བོ་རྣམས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅིའི་སྤྱིར་ཁོ་ན་  
ཞེས་པའི་ཆིག་སྟོས་མ་སྟོས་ཞེས་ན། དེ་ཡང་འདོད་པ་ཞེས་པའི་སྐད་ཀྱི་  
བྱིངས་ཀ་ཏ་བ་དེ་ཉིད་ཉེར་བསྟུར་གྱི་དབང་གིས་དོན་དུ་མ་ལ་འབྲུག་པ་ཡིན་  
པ་ལ། སྐབས་འདིར་བསྟུབ་བྱ་གྲོལ་བ་རང་ཉིད་འདོད་པར་གྱུར་པ་ཞེས་  
འཆད་པ་ན། འདོད་པའི་སྐད་ཀྱི་བྱིངས་དེ་ཉིད་ནི་ཁ་ཞེས་པའི་ཉེ་བསྟུར་གྱིས་  
ཉེ་བར་བསྟུར་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་ཆད་མ་ཀུན་ལས་  
བཏུས་པ་འདིར་ནི། འདོད་པའི་རྒྱུན་ནི་ཁའི་མིང་ཅན་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ཞེས་  
པའི་ཆིག་བྱུང་ཆོས་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་རྒྱུན་དུ་ཡོད་པས་འདོད་ཆིག་ཡན་ལག་  
གམ་པལ་བ་མིན་ཞིང་། བསྟན་བྱ་བ་ཞེས་པའི་ཆིག་བྱུང་གཞི་སྟན་པའི་ཆིག་  
ཡིན་པས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ཆིག་དེས་ད་ལྟ་སྟབས་བྱེད་དུ་བཀོད་  
ཅིང་མ་འོངས་པ་ན་བསྟུབ་བྱར་འགྱུར་བའི་གཏན་ཆིགས་སོགས་ད་ལྟ་  
སྟབས་ཡིན་པ་གཙོ་བོ་མི་རྣམས་ཏེ། དཔེར་ན། འོངས་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་དེ་ཉིད་

སྒྲིབ་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་འཇུག་ཀྱང་། ལྟས་བྱེན་འོངས་པ་མཐོང་བར་  
 འགྱུར་རོ། །ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་ཆིག་བྱང་  
 གཞིར་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་ད་ལྟར་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་གོ་བར་བྱེད་མི་  
 རུས་པ་བཞིན་ནོ། །རིགས་སྒྲིབ་འདོད་པར་གྱུར་པའི་ཆིག་དག་ལ་ནི་ཡན་  
 ལག་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཙོ་བོ་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་རྒྱུ་དུ་འབྲེལ་བའི་བྱིར། ད་ལྟར་  
 གྱིས་དུས་གོ་བྱེད་དུ་ཡོད་པས་རིགས་སྒྲིབ་འདོད་ཆིག་དེ་ཡིས་ནི་ད་ལྟ་སྐབས་  
 བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་ཡིན་པ་  
 འགོག་པར་རུས་སོ། །དེའི་བྱིར་དེར། ཁོ་ནའི་ངས་བཟུང་སྟོས་པ་དོན་མེད་  
 ནོ། །

འདི་ནི་རྒྱུ་མཁན་པོས། འདོད་རྒྱུ་འདིར་ནི་ཡན་ལག་ཡིན། །འདོད་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཆིག་དག་ལ། །ཡན་ལག་མ་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། ཞེས་པ་འདོན་  
 པ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ཅིང་། ཡང་ན། འདོད་རྒྱུ་འདིར་ནི་ཡན་ལག་མིན། །  
 འདོད་པར་གྱུར་པའི་ཆིག་དག་ལ། ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། ཞེས་  
 འདོན་པ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། རིགས་པའི་སྒྲིབ་འདིར་ནི་འདོད་པ་ཞེས་པའི་  
 ཆིག་ལ་ནི་ཉ་ཞེས་པའི་རྒྱུ་དེ་འདོད་པ་ཡན་ལག་གམ། བྱང་ཆོས་ལྟ་བུར་  
 སྟོན་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་གྱི། འདོད་པ་བྱང་གཞི་ལྟ་བུར་སྟོན་བྱེད་དུ་  
 གཙོ་བོར་འབྲེལ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་རིགས་སྒྲིབ་འདོད་པར་གྱུར་པའི་ཆིག་  
 དག་ལ། རྒྱུ་དེ་ད་ལྟར་གྱི་དུས་གོ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་  
 པས་རིགས་སྒྲིབ་འདོད་ཆིག་དེ་ཡིས་ནི། ད་ལྟ་སྐབས་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་གཏན་

ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་ཡིན་པ་འགོག་པར་རུས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་སྤྱིར་དེར་ཁོ་ནའི་ངེས་གཟུང་སྟོས་པ་དོན་མེད་དོ་ཞེས་བཤམ།  
 ཡང་ན། གྲུན་ལས་བརྟུས་པ་འདིར་ནི་འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་ལ་ནི་ཤེས་མིང་  
 ཅན་གྱི་རྒྱུན་དེ་ད་ལྟར་གྱི་དུས་གོ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་རྩ་ཡོད་པ་མིན་ཞིང་།  
 རིགས་སྒྲིའི་འདོད་པར་གྱུར་པའི་ཆིག་དག་ལ་ད་ལྟར་གྱི་དུས་གོ་བྱེད་གྱི་  
 ཡན་ལག་ཉིད་རྩ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རིགས་སྒྲིའི་འདོད་ཆིག་དེ་ཡིས་ནི། ད་  
 ལྟར་སྤྱིར་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་  
 ཡིན་པ་འགོག་རུས་ཤིང་། དེའི་སྤྱིར་དེར་ཁོ་ནའི་ངེས་གཟུང་སྟོས་པ་དོན་  
 མེད་དོ་ཞེས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། མདོར་ན། རིགས་སྒྲིའི་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་  
 ཉིད་སྟོན་པ་ན། འདོད། གང་དུ་འདོད་ན། བསྐྱབ་བྱར་འདོད། གང་གིས་ན། ལྷ་  
 སྐྱོལ་རང་ཉིད་གྱིས་འདོད། ཞེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འདོད་ཆིག་བྱེད་གཞི་སྟོན་  
 པའི་ཆིག་རྩ་འབྲེལ་བས་འདོད་ཆིག་གིས་ད་ལྟར་སྤྱིར་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་སྟོགས་  
 ཡིན་པ་གཅོད་རུས་ཤིང་། གྲུན་ལས་བརྟུས་སུ་བསྟན་བྱ་བ་བྱེད་གཞི་སྟོན་  
 པའི་ཆིག་དང་། འདོད་ཆིག་བྱེད་ཆོས་སྟོན་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བས་དེའི་ཆེ་འདོད་  
 ཆིག་གིས་ད་ལྟར་སྤྱིར་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་གཏན་ཆིགས་སོགས་ད་ལྟར་སྟོགས་  
 ཡིན་པ་གཅོད་མི་རུས། ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་དོན་  
 དུ། རང་ཉིད་སྟོས་པར་འདོད་པ་དགག་པ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་རྒྱས་

པར་བཤད་ནས། གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ་ནི། རི་རྒྱུད་བཤད་པའི་རིགས་  
 པས། གུན་ལས་བཏུས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆིག་བྱར་དུ་སྟོས་  
 པའི་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆིག་ནི། བྱོད་ཀྱིས་རི་རྒྱུད་བཤད་པའི་དོན་དེ་དག  
 བརྗོད་བྱེད་མིན་པའི་བྱིར་ཡང་དོན་དེ་དག་སྟོན་པའི་བྱིར་དུ་སྟོས་པར་མི་  
 རིགས་པ་དེས་ན་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆིག་དེས་སྟོན་པ་བདག་ཉིད་འདོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་བསྟན་བཅས་མཁན་པོའི་འདོད་པ་གུན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ་  
 སྟོས་པ་མེད་པར་སྤྱོད་པ་ཀྱི་ཁོ་ནའི་འདོད་པ་ནི་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་  
 སྟོན་པ་དེས་ན་སྟོན་པ་མི་འདོད་པའི་བསྟན་བཅས་དང་འབྲེལ་བའི་འདོད་པ་  
 ལ་ཡང་གཞོད་པ་ན། དེ་ཙམ་ཀྱིས་སྟོན་པའི་འདོད་ཡུལ་རི་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་བྱ་  
 ལ་གཞོད་པ་མེད་པའི་བྱིར། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ལུང་དོན་བཀག་པ་ཙམ་ཀྱི་ཆ་  
 རས་སྤྱོད་པ་དང་གཏན་ཆིགས་སྟོན་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་སྟོན་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཞེས་པ་སྟེ། ཀྱང་པ་དང་པོ་ནི། གཞན་ལུགས་དགག་པའི་དོན་བསྐྱུ། དེ་  
 རས་གསུམ་ནི། ཡོངས་གཙུག་ཀྱི་དགོས་པ་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་དོན་བསྐྱུ། དེ་  
 རས་བཞི་ནི། རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་དོན་བསྐྱུ་པའོ། །

གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་བྱར་ལྟ་བུ་པ་མ་བསལ་བའི་ཆིག་གི་དོན་  
 བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པས་ཁས་སྤངས་པ་བཟུང་དོ། །ཞེས་སྟོས་པའི་ཁས་སྤངས་པ་དེ་  
 ཡང་ཆད་མ་དག་གིས་བཀག་པ་མེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །  
 འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ཆད་མས་བསལ་བ་ནི། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་



བྱེད་པ་འཇུག་པའི་རྟོན་མ་ཡིན་ཏེ། གཏུན་ཆིགས་ནི། གྲུབ་བསལ་མ་ཞུགས་  
ཤིང་། བྱི་རྒྱལ་ཐེ་ཆོམ་དང་ལྡན་པའི་དོན་ལ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཟོད་རིགས་པའི་  
བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དང་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་  
བྱི་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆད་མ་མེད་པ་ཅམ་ཞིག་མཆོན་པ་ཡིན་གྱི། དེས་པར་ཐེ་  
ཆོམ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ཀྱང་སྒོ་བྱུར་དུ། དུ་བ་  
ལས་མེ་རྟོགས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གཞུང་སྤྱིའི་བསྐྱུ་པ་བཤད་པ་དང་།  
གཞུང་དོན་བཤད་པ་དངོས་ལ་འཇུག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆད་མ་མངོན།  
མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟོན་  
ལའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་རང་རྟོན་ལའོ། །ཞེས་པས་གཞི་གང་ལ་  
ཆད་མས་མ་གསལ་བ་དགོས་པའི་གཞི་ངོས་གཟུང་བ་ཡིན་ཞིང་། ཆད་མ་ངི་  
ལྟ་བུས་མ་བསལ་བ་དགོས་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་པ་ནི། མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་  
དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་མ་བསལ་བ་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་  
ཏེ། །འོ་ན་ཆད་མ་དེ་དག་གིས་བསལ་བ་ངི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེའི་དཔེ་སྟོན་པ་ནི།  
ཆད་མ་མངོན། གཞན་དུ་ནི་དཔེར་ན། སྐྱ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། བུམ་པ་  
རྟག་པ་དང་། གཞལ་བུའི་དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆད་མ་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་  
དམ་བཅའ་བ་ཅམ་གྱིས་དེར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མེད་ལ། སྐྱ་  
ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་ན། བསལ་བ་དེ་ཡང་

སྟོགས་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རི་བོང་ཅན་ནི་རྩ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་སྟོང་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའི་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ། རྩེས་སྤྱད་པ་པའི་དབྱེ་བ་  
 ཡིས། ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་ནི། གུན་ལས་བརྟུས་སུ། མངོན་སུམ་དོན་  
 དང་རྩེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟེན་ལའོ། །ཞེས་སེལ་  
 བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཞིར་བཤད་པ་དང་། སྤར་ཚད་མ་མངོན་རྩེས་གཉིས་སུ་  
 དེས་པར་བཤད་པ་ལ་འགལ་བ་སྤོང་བའི་གཞུང་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྟོང་། འདི་  
 ཉིད་བསལ་བའི་དབྱེ་བ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དང་སྟོར་བ་ནི། སྟོགས་སུ་མ་  
 སྟོན་པའི་གཏམ་མོ། །ཡང་དག་དེས་ལྟན་བརྩོད་འདོད་པ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
 གུན་ལས་བརྟུས་སུ་གསུངས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་བསལ་བྱ་སེལ་ཚུལ་དཔེ་  
 དང་བཅས་པ་དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་འཆད་པར་བྱེད་ཅིང་། སྟོས་བྱའི་འདོད་དང་  
 རྩེས་འབྲེལ་པ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་། མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་  
 འདི་ལ་ཡང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་གྱིས་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་  
 བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོ་ཆོག་དེ་དག་གི་དོན་འཆད་པ་ཡིན་ལ། གུན་ཏུ་གྲོལ་  
 བ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ནི། རང་རྟེན་ལའོ། །ཞེས་པའི་དོན་འཆད་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་སྐབ་ཡན་ལག་གྱུར་པ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ནི་འོག་ཏུ་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁུགས་ཀྱི་རྩེས་དཔག་གིས་རང་གི་གཞུང་  
 བྱའི་བརྒྱུག་སྟོགས་སེལ་བའི་ཚུལ་ནི། རྩེས་དཔག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གཞུང་བྱ་

འཇམ་བའི་ཚུལ་ལེའུ་སྤྲ་མ་དག་ཏུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟེན་པའི་སྤྱིར། དེ་དག་གི་ཤྱགས་ལ་རྟོགས་པས། དེའི་སྤྱིར། འདིར་དེ་ཉིད་སྟོན་པའི་མདོ་ཆོག་གི་རྒྱས་བཤད་མ་བྱས་ཤིང་། འོ་ན་མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་ལ་ཡང་མི་བྱེད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན། མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་གཞལ་བྱ་འཇམ་བའི་ཚུལ་ཡང་གོང་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟེན་པས། དེའི་ཤྱགས་གྱིས་རྟོགས་སྤྲུམ་བཤད་གོང་ས་ནས། མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་གཞལ་བྱའི་བསྐྱོག་སྤྱོགས་སེལ་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་མ་གསུངས་ཀྱི། འོ་ན་ཀྱང་དེ་ཉིད་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ་མདོན་སྤྲུམ་དོན་དང་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ། རྗེས་དཔག་དོན་དང་ཞེས་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་དོན་དང་ཞེས་སོགས་མི་གསུང་བར། མདོན་སྤྲུམ་དོན་དང་ཞེས་གསུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ། དོན་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་བསལ་བྱའི་དཔེར་བརྗོད་སྟོན་པ་ན་སྤྲུམ་མེད་དོ་ཞེས་སོགས་དཔེར་བརྗོད་དུ་མི་བྱེད་པར། སྤྲུམ་ཉན་བྱ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དཔེར་བརྗོད་དུ་སྟོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ། དེ་ཉིད་དཔེར་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ཅུ་མ་ཞིག་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་མདོའི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་སྟོན་པར་ཡིད་ཆེས་གྲགས་པའི་སེལ་ཚུལ་དང་པོར་འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན། ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་སེལ་ཚུལ་ནི་བཤད་པར་བྱ་བ་མང་བའི་སྤྱིར་དང་། མདོན་སྤྲུམ་གྱི་སྐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ་བ་ཉུང་བའི་སྤྱིར་རྟོགས་དཀའ་བའི་རིམ་པ་བཞིན་བཤད་པ་དང་། དེ་ལ་ཁས་སྤངས་འབྲས་རྟགས་ཏེ། །འགྲོ་ལ་གྲགས་པ་རང་།

བཞིན་ཏྟགས་ཡིན་ན། འོ་ན་ཏྟགས་དེ་དག་ལ་བཞིན་པའི་རྗེས་དཔག་དེ་དག་  
གིས་རང་གི་གཞུང་བྱའི་བསྐྱོག་ཕྱོགས་སེལ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་  
ལྟར་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་འབྲེལ་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་དགོས་པ་ཡོད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་བཤད་པ་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ལ། མདོ་ལས་  
གཞོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་བཞིར་སྤྱེ་བ་དང་། ཚད་མའི་གྲངས་ངེས་མི་འགལ་  
བར་བསྟན། ཡིད་ཆེས་གྱི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་དོན་  
རྒྱས་པར་བཤད། གྲགས་པའི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་  
དོན་རྒྱས་པར་བཤད། མདོན་སྤྱུལ་གྱི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་  
པའི་མདོའི་ཏྟགས་དཀའ་བ་ཅུང་ཟད་བཤད། །རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པའི་  
མདོ་ཆོག་གི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་བཤད། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་ལ་གཞོད་པ་  
སོགས་གྱིས་གཞོད་ཚུལ་ལྷགས་ལ་ཏྟགས་དགོས་པར་གསུངས་པའི་མདོའི་  
དོན་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་སེལ་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་  
བཞིར་སྤྱེ་བ་དང་། སྤྱར་ཚད་མ་མདོན་རྗེས་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པར་བཤད་  
པ་མི་འགལ་ལམ་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་མི་འགལ་ཏེ། རྗེས་སུ་  
དཔག་པའི་དབྱེ་བ་བྱེད་པ་ན། དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་གྱི་རྗེས་དཔག་དང་  
གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་རྗེས་དཔག་གསུམ་དུ་སྤྱེ་བའི་  
དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིས། །རང་གི་གཞུང་བྱའི་བསྐྱོག་ཕྱོགས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་



པའི་ཚད་མ་དེ་ནི། མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་  
བས་རང་རྟེན་ལའོ། །ཞེས་རྣམ་པ་བཞིར་བཤད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ།

འོ་ན་ཡིད་ཆེས་པའི་ཚད་མ་དང་། གྲགས་པའི་ཚད་མ་དེ་དག་རྗེས་  
དཔག་ཚད་མ་ཡིན་ན། དེ་དག་རྟགས་གང་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡིད་  
ཆེས་པའི་ཚད་མ་ནི། ལུང་རྣམ་དག་རང་གི་བསྟན་བྱའི་དོན་གྱི་འབྲས་བུའམ།  
དེ་ལ་མི་འབྲུལ་བར་ཁས་སྦྲངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་དུ་  
བཀོད་པའི་ལུང་གི་རྟགས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གི་  
རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རྟགས་ནི། འགྲོ་བ་ལ་གྲགས་པའི་མིང་ཅན་བརྗོད་རུང་  
གྲགས་པའི་བྱུང་བྱའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལོ། །

ཡང་ན་སྒྲོ་བ་དཔོན་སྒྲིགས་སྦྲང་གི་རང་ལུགས་ལ་ལུང་རྣམ་དག་རང་  
གི་བརྗོད་བྱའི་སྒྲིབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་མི་བཞེད་ཀྱང་། གསུང་རབ་ལ་  
དབྱེད་པ་ཤས་ཆེར་མ་རྫོགས་པས། ལུང་དབྱེད་གསུམ་གྱིས་དག་པར་ཚད་  
མའི་སྒྲོ་བས་གྱིས་ད་ལྟ་ངས་མི་རུས་པའི་གདུལ་བྱ་འགའ་ཞིག་ཞིན་ཏུ་སྒྲོ་ག་  
གྱུར་ལ་འཇུག་སྒྲོ་ག་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་གདུལ་བྱ་དེ་འབྲའི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས། སྒྲིན་པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་གྱིས་བདེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ལུང་རང་གི་  
བརྗོད་བྱའི་འབྲས་བུར་ཁས་སྦྲངས་པའི་སྒྲོ་ནས། ལུང་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་  
སྒྲིབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་རྟགས་སུ་གཞན་ངོར་རེ་ཞིག་ཁས་སྦྲངས་པའི་  
རྣམ་གཞག་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲིབ། རྣམ་འགྲེལ་འདི་ཉིད་དུའང་། དེ་ལ་  
ཁས་སྦྲངས་འབྲས་རྟགས་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། འོ་ན་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་

པའི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པ་དང་། ལུང་རྣམ་དག་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་  
བྱེད་ཡང་དག་ཡིན་པ་གཉི་གའང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་ཁོ་བོས་ཆད་མ་  
ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཅིང་། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཡིད་ཆེས་པའི་  
རྟགས་ཡང་དག་གི་རྟགས་སྒྲིབ་རི་ལྟར་འགོད་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ནི།  
རང་དོན་ལེན་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གྲགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་  
ཡང་དག་ཡིན་པར་སྟོབ་དཔོན་མི་བཞེད་དེ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དངོས་མེད་  
སྐབ་པའི་སྐབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་གི་དགོངས་  
པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁོ་བོས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་། རྟག་ཡུལ་ན་ཡོད་  
པ་ཐམས་ཅད་འདོད་པའི་དབང་གིས་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་གང་ཡང་སྒྱར་དུ་རུང་  
བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་སྤྱིར་དུ་འགོ་ལ་གྲགས་པ་རང་བཞིན་  
རྟགས། ཞེས་བྱ་བ་འདི་གསུངས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་  
དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ལུང་དང་རང་ཆིག་གཉི་ག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་དཔེ་གཅིག་གིས་བསྟན་པའི་དགོངས་པ་བཤད་པ་  
དང་། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་བརྗོད་གྲུབ་སྟོབས་ཀྱི་  
གཞོན་བྱེད་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་དང་། སེལ་བྱེད་ཆད་མའི་དབྱེ་བ་བསྟན་  
པའི་སྐབས་སུ་ཡིད་ཆེས་ལོགས་སུ་བཤད་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ་དང་།  
རིགས་སྒྲིབ་རང་ཆིག་དང་ལུང་ཆིག་འགལ་བ་སོ་སོར་གསུངས་པའི་དགོས་

པ་བཤད་པ་དང་། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་  
བྱེད་དང་བསྐྱོག་པ་ལ་གཞིན་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་དགག་པ་དང་།  
ཡུལ་གང་ལ་དཔྱོད་པའི་ཆེ་ལུང་རི་ལྟ་བུ་གཞིན་སྐབ་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་  
དངོས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི་ཆད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་ཡིད་ཆེས་བས་མ་བསལ་བ་  
ཞེས་པའི་བསྐྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་པ་ན། གཞལ་བྱའི་དོན་སྐབ་པར་བྱེད་  
པའི་ཆད་མ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དམ་བཅའ་བ་ཅམ་གྱིས་དེར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་གཞལ་བྱའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་དེ་ཡིད་  
ཆེས་བསལ་བའི་དཔེར་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡིད་ཆེས་ཞེས་པའི་ཆོག་  
དེའི་བརྗོད་བྱར་རང་ཆོག་དང་ལུང་ཆོག་གཉི་ག་བསྐྱུས་ནས་དེ་གཉི་ག་དཔེ་  
གཅིག་པོ་དེས་མཚོན་ཏེ། བསྟན་པར་བྱ་བའི་བྱིར་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་རང་ཆོག་དང་ལུང་ཆོག་གཉི་ག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་པའི་ཆོག་  
གཅིག་གིས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། རྟོལ་བ་བདག་  
ཉིད་གྱིས་སྐྱུས་པའི་རང་ཆོག་དང་། གཞན་ལུང་བྱེད་པ་པོས་སྐྱུས་པའི་བསྟན་  
བཅོས་གཉི་ག་ཆོས་ཅན། ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ། ཡིད་ཆེས་ཞེས་པའི་ཆོག་  
གཅིག་གིས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རང་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པ་པོས་  
རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡང་དག་པར་ཆད་མས་ངས་པ་དང་ལྟན་པའི་སྟོན་ས་  
བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་པས། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གནས་སུ་ཁས་སྒྲུངས་པར་  
མཚུངས་པའི་བྱིར་ན། བྱེད་གཉིས་དེར་ཡིད་ཆེས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་

ནས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་སྟེར། དེ་ལྟར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པའི་དགོས་  
པ་ཡོད་དེ། རི་ལྟར་གྲོལ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་ནི་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་  
བའི་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པ་མིན་ན་རང་གིས་བསམ་པའི་དོན་གཞན་ལ་  
བསྟན་པའི་ཆད་དུ། རང་གི་ཆིག་ནི་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་  
བསྟན་བཅོས་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་བའི་ཆད་མར་ཁས་སྦངས་པ་ལ་མི་  
བརྟེན་ན་བསྟན་བཅོས་དེར་གྲགས་པའི་དོན་ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ལ་དཔྱད་པ་  
ཡང་མི་འཇུག་གོ་ཞེས་མཚུངས་པར་བསྟན་པའི་སྟེར་དུ། རང་ཆིག་དང་ལུང་  
ཆིག་གཉིས་ཀ་ཡིད་ཆེས་ཞེས་པའི་ཆིག་གཅིག་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་  
སྟེར།

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ལུང་ཆད་མར་ཁས་མ་  
སྦངས་ན། ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ལ་དཔྱད་པ་མི་འཇུག་གོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་སྟོ་  
ནས་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་དེའི་གཞོན་སྦྱབ་ཏུ་འཇུག་པའི་དུས་ནི། སྐབས་  
སུ་བབ་པའི་རྟེན་ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ཉིད་ལ་བསྒྲུབ་སྟོགས་འགོག་པའི་གཞོན་  
བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་དོན་འདི་བསྟན་པའི་ཆད་  
དུ། །ལུང་འདིར་རང་གི་ཆིག་དང་ལྟན་ཅིག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་  
ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་འདིར་སྐབས་བརྟེན་ཞེས་པ་ནི། ལུང་ཁས་སྦངས་ནས་དཔྱད་  
པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་རྟེན་རྣམ་གཞིར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་  
ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ཅམ་ལ་བེར་བ་ཡིན་གྱི། ལུང་ཁས་སྦངས་ནས་ཤིན་ཏུ་སློག་



ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་རྟེན་ཆས་ཅན་  
 ཉིད་ལ་ཟེར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་ཆེས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་ཆས་ཅན།  
 དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་ཆད་མས་བྱུང་བས་དེ་ལ་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་མི་  
 འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ས་རང་ཆིག་  
 དང་ལུང་ཆིག་གཉིས་ཡིད་ཆེས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་པ་  
 དེས་ན། རང་ཆིག་དང་འགལ་བ་དང་། ལུང་ཆིག་དང་འགལ་བ་འདི་ལ།  
 གཞལ་བུའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་པའི་དཔེ་དག་ཀྱང་  
 མཚུངས་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དཔེ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ཀ་མཚོན་རུས་ཏེ། སྤྱིར་གཞལ་བུའི་དོན་  
 ཅན་གྱི་ཆད་མ་རྣམས་ནི་ཡོད་པ་མིན་ན་གཞལ་བུའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆད་མ་དག་  
 མེད་དོ་ཞེས་པའི་ཆིག་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་བར་མི་རུང་བ་  
 བཞིན་དུ། བསྟན་བཅོས་ཀྱང་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་བར་མི་རུང་དགོས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་གཞུང་འདི་ཉིད་དཔེ་གཅིག་པོ་དེས་རང་ཆིག་དང་འགལ་བ་  
 དང་། ལུང་ཆིག་དང་འགལ་བ་གཉི་ག་ཐུན་མོང་ཏུ་མཚོན་རུས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་དཔེ་གཅིག་གིས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་  
 དགོས་པ་གང་ཡང་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དོན་གྱི་སྐབས་སུ་རང་ཆིག་དང་།  
 ལུང་ཆིག་གཉིས། ཡིད་ཆེས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 དང་དགོས་པ་བཤད་པས། དཔེ་གཅིག་གིས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་

པ་བཤད་མི་དགོས་སོ། །

གལ་ཏེ་གཞལ་བྱའི་དོན་ཅན་གྱི་ཚད་མ་ནི་དངོས་སྟོབས་གྱིས་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། གཞལ་བྱའི་དོན་ཅན་གྱི་ཚད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་དམ་བཅས་པའི་  
དོན་དེ་ཡིད་ཆེས་བསལ་བའི་དཔེར་ངེ་ལྟར་རིགས་ཞེ་ན། གཞལ་བྱའི་དོན་  
ཅན་གྱི་ཚད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་པའི་ཆིག་དེ། རང་ཆིག་འགལ་བ་ལ་གསལ་  
བའི་དཔེ་ཡིན་ཞིང་། ལུང་དང་འགལ་བ་ལ་སྟོགས་ཅམ་བསྟན་པའི་དཔེ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། སྟོན་མེད་དོ། །

འོན་ལུང་དང་དང་འགལ་བའི་གསལ་བའི་དཔེ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ལུང་  
དང་འགལ་བ་དེ་ལ་གསལ་བའི་དཔེ་ནི། མ་འོངས་པ་ན། སྟོན་པ་ལ་སོགས་  
པའི་ཆོས་ལས་རྣམ་སྟོན་བདེ་བ་མི་འགྲུབ་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་ལས་རྣམ་སྟོན་བདེ་བ་འབྱུང་བར་ལུང་ཅམ་གྱིས་འགྲུབ་  
པའི་ཕྱིར་དོ། །

འདིར་སྐབས་སུ་བབ་པའི་དོན་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གཞལ་བྱའི་  
དོན་ཅན་གྱི་ཚད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་བདེན་ཞེན་གྱིས་སྦྱས་པ་ན། དངོས་  
ཤུགས་གྱི་དམ་བཅའ་པན་ཚུན་གོགས་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
དངོས་སུ་གཞལ་བྱ་འཇལ་བའི་ཚད་མ་མེད་པར་དམ་བཅས་ཞིང་། ཆིག་དེ་  
ཉིད་རང་གིས་བསམས་པའི་དོན་གཞན་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དུ་བདེན་ཞེན་  
གྱིས་སྦྱས་པའི་ཤུགས་གྱིས། ཆིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཚད་མས་གྲུབ་པར་དམ་  
བཅས་པས། དེའི་ཕྱིར་དམ་བཅའ་དངོས་ཤུགས་འགལ་བའི་ཆིག་ཅེས་བྱ་

ལ། དེའི་ཆེ་དངོས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དོན་འགྲུབ་པ་ལ་ཤུགས་ཀྱི་དམ་བཅས་  
གོགས་བྱེད་ཅིང་། ཤུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དོན་འགྲུབ་པ་ལ། དངོས་ཀྱི་དམ་  
བཅས་གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དམ་བཅའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ནི་མན་ཚུན་  
གོགས་བྱེད་དམ། གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ག་གཞི་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་དམ་བཅས་ཙམ་ན་དངོས་ཤུགས་ཀྱི་དམ་  
བཅའ་གཉིས་མན་ཚུན་གོགས་བྱེད་ཀྱི་འགལ་བར་གྱུར་བ་ནི། རང་ཆོག་  
འགལ་བའི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་དཔེ་ཡིན་ཅིང་། དངོས་ཤུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
དེ་གཉིས་ཀའི་དོན་ལ་གཞོད་པའི་ཆད་མ་ནི། དངོས་པོ་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱི་  
ཆད་མ་ཡིན་པས། དམ་བཅའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་  
ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། རང་ཆོག་གི་བསལ་བར་འགྱུར་བ་  
མ་ཡིན་ནོ། །

སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་སྒང་གིས་རང་ལུགས་ལ་ལུང་རྣམ་དག་རང་གི་  
བརྗོད་བྱ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་བཞེད་ཀྱང་། གཞན་ངོར། རེ་ཤིག་  
དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མཛད་པ་ལ་འབྲུལ་ནས། སྟོབ་དཔོན་ཀྱི་  
སྟོབ་མ་ཁ་ཅིག་སྐྱོན་བས་ལོངས་སྟོད་ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་  
ལུང་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་དང་བསྐྱོག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་  
ཡང་དག་ཏུ་འདོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ལུང་གཞོད་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་དོན་ནོ། །

ལུང་གོགས་བྱེད་དུ་འདོད་པ་དག་ནི་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་བསྐྱོག་

སྟོགས་ལ་གོགས་བྱེད་ཅམ་དང་། རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཅམ་སྟེད་པར་  
བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་དང་། ལོག་སྟོགས་  
ལ་གཞོད་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་མི་སྲིད་དེ། བ་རོལ་པོས་ལུང་དེ་རང་གི་  
བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་ན། བསྐྱབ་མི་རུས་ཤིང་།  
གྲུབ་ན་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་ཟེན་པས་སྐྱབ་མི་དགོས་པའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་ཡང་  
ལུང་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཡིན་ན། ལུང་དེ་ཉིད་ཁས་  
ཐུངས་པ་ཅམ་གྱིས་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་  
བར་འདོད་དགོས་པས། སྐྱ་མི་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་  
པ་ཡིན་པར་འགྲུབ་པར་ཐལ་ལོ། །

དེས་ན་གོགས་བྱེད་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བའི་དོན་ནི། སྦྱིན་པ་ལས་ལོངས་  
སྟོང་འབྱུང་བར་སྟོན་པའི་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ན། སྦྱིན་པ་  
ལས་ལོངས་སྟོང་མི་འབྱུང་བར་སྟོན་པའི་ལུང་ཡང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་  
བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བར་སྟོབས་མཚུངས་པས། ལུང་གཉིས་པོ་རང་རང་གི་བརྗོད་  
བྱའི་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་པན་ཚུན་གོགས་བྱེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །  
དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་དང་། སྐྱ་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་  
གཉིས་པན་ཚུན་སྟོབས་མི་མཚུངས་ཀྱང་། དམ་བཅའ་དེ་གཉིས་རང་རང་གི་  
དམ་བཅའ་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་མིན་སྟོབས་མཚུངས་པས་པན་ཚུན་རང་  
རང་གི་དམ་བཅའ་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་བཞིན།  
འདི་ཉིད་སྟོབ་དཔོན་ཡབ་སྐས་ཀྱི་ཡང་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་



ཕྱིར་སློབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་གིས་ཀྱང་། གོགས་བྱེད་པ་ནི་གནས་པར་གྱུར་  
བའི་སྟོགས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཡང་རེ་ཞིག་གཞིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདོད་  
པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་ལུང་གོགས་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་  
དོན། ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་ལོག་སྟོགས་ལ་གོགས་བྱེད་ཅམ་དུ་  
བཞེད་པ་ཡིན་གྱི། སྱིར་ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞིན་སྐྱབ་མཆོན་  
ཉིད་པར་མི་བཞེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ཡིན་ན། ཡང་  
མས་མ་གྲུབ་དགོས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་། སྱིན་པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་གྱིས་བདེ། ཞེས་པའི་ལུང་དེ་  
ཉིད། སྱིན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་། མི་འབྱུང་བའི་  
གཞིན་བྱེད་མ་ཡིན་ཀྱང་། སྱིན་པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་གྱིས་བདེ། ཞེས་  
པའི་ལུང་ཆོས་ཅན། རང་གི་བསྟན་བྱའི་དོན་ལ་མི་སྦྱ་སྟེ། དབྱེད་པ་གསུམ་  
གྱིས་དག་པའི་ལུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཏྲགས་སུ་བཞེད་པ་ན། དེ་དེ་སྐྱབ་  
གྱི་ཏྲགས་ཡང་དག་ཡིན་པས་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་དེ། སྱིན་  
པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་གྱིས་བདེ། ཞེས་པའི་ལུང་དེ་རང་གི་བསྟན་བྱའི་  
དོན་ལ་མི་སྦྱ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་དང་། སྐྱབ་པ་གཞིན་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་  
འགྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་དབྱེད་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་དེ་ཉིད།  
སྱིན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་། མི་འབྱུང་བ་ལ་གཞིན་  
བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དོན་འདི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་སློག་གྱུར་ལ་དཔྱོད་  
པའི་སྐབས་སུ་ལུང་གཞིན་སྐྱབ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ཡིན་པར་

ཞེས་པར་བྱ་ཞིང་དེའི་སྤྱིར་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་གཞུང་འདི་དག་གིས་གྲང་  
ལུང་རྣམ་དག་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་དང་། དེའི་  
བསྐྱོག་སྤྱོད་ལ་གཞོན་བྱེད་ཡང་དག ཡིན་པ་བཀག་ནས། གོགས་བྱེད་  
ཅམ་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞོན་  
སྐྱབ་ཡིན་པ་དང་། གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་ཚུལ་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་སྟོན་ཅིག་  
ཏུ་འགོག་ཅིང་། རང་ལུགས་ལ་ཞིན་ཏུ་སྟོག་ གྲུར་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་སུ་  
དཔྱད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བར་  
སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཞེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལུང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་  
བསྐྱོག་སྤྱོད་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་ནི། ཡུལ་དེ་ཉིད་ལ་དཔྱོད་  
པ་ལུང་དེ་ལ་ངེས་པར་བརྟེན་དགོས་པ་མིན་པའི་དངོས་པོ་ལ་བསྟན་བཅས་  
དང་འགལ་བ་བརྗོད་ཅིང་དམ་བཅས་ན་ཡང་། ལུང་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་  
གྱི་བསྐྱོག་ སྤྱོད་ལ་དམ་བཅས་པའི་དོན་དེ་ལ་གཞོན་བྱེད་མཆོན་ཉིད་པ་མ་  
ཡིན་གྱི་གོགས་བྱེད་ཅམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། ལུང་དེ་དང་དམ་བཅས་པའི་གཉིས་པོ་  
དག་རང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་མིན་རུས་པ་མཚུངས་  
པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་རང་གི་ཆིག་གི་དམ་བཅས་རུས་པ་མཚུངས་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ལུང་ཆིག་དེ་ཡང་རང་གི་བརྗོད་བྱ་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུབ་པ་  
དེའི་ཆེ་རང་གི་ཆིག་གི་བདག་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་  
ལ་གཞོན་སྐྱབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་དཔྱད་པའི་ཆེ། ལུང་ཆིག་དང་  
འགལ་བ་དམ་བཅས་ན་ལུང་ཆིག་དེ་ཉིད་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་བསྐྱོག་  
སྟོགས་དམ་བཅས་པའི་དམ་བཅའི་དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ཡང་།  
ལུང་དང་དམ་བཅའ་དེ་དག་གང་གི་དོན་ལ་སྐྱབ་བྱེད་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་  
མ་ཡོད་པའི་ཆད་མ་དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཏུ་སྟོན་པའི་ལུང་དང་འགལ་བ་སྐྱ་  
མི་རྟག་པར་དམ་བཅས་པའི་ཆེ། ལུང་དང་དམ་བཅའ་དེ་གཉིས་པན་ཚུན་རང་  
རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་བསྐྱོག་སྟོགས་ལ་གོགས་བྱེད་ཡིན་གྱི། གཞོད་  
བྱེད་མ་ཡིན་ཀྱང་། སྐྱ་མི་རྟག་པར་དམ་བཅས་པའི་དོན། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་  
ཆད་མས་གྲུབ་པས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་པ་  
བཞིན་ནོ། །

ཆད་མས་གྲུབ་པའི་དོན་གྱིས། ཅིག་ཞོས་ལ་གཞོད་པ་དེ་ལྟ་མིན་པར་  
སྐྱ་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཏུ་སྟོན་པའི་ལུང་ཡང་། རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་  
བསྐྱོག་སྟོགས་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་ན། རིགས་པ་དང་བྲལ་བའི་དམ་  
བཅས་ཀྱང་རང་དང་རྒྱས་པ་མཚུངས་པའི་དམ་བཅའི་དོན་ལ་གཞོད་དགོས་  
པའམ། དེར་མ་ཟད། རྗེས་དཔག་གིས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གྲུབ་པའི་དོན་ཅན་  
ཀྱི་དམ་བཅའི་དོན་ལ་ནི་གཞོད་དགོས་ན་ཡང་། དེས་དེ་དག་ལ་ངེ་ལྟར་ཡང་  
གཞོད་པ་མི་འཐད་དོ། །

གཞན་ཡང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་རྣམས་ཆད་མ་ཡིན་པ་ནི།

སྤར་ཉིད་ནམ་པར་བསྒྲིག་ཟེན་པ་ཡིན་པ་དེའི་སྤར་ན། ལུང་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་ཁས་  
ཐངས་ནས་དཔྱོད་དགོས་པའི་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་དག་ལ་ལུང་དང་འགལ་ན།  
དེས་གཞོན་པའི་སྒྲིན་འདི་འདྲུག་པར་འདོད་ཀྱི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་  
ལུང་གཞོན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

མདོར་ན་གཞུང་འདི་དག་གིས་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལུང་གཞོན་  
བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཀྱི་  
བསྒྲིག་སྤྱོད་ལ་གཞོན་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱ་བ་རྟེན་ཀྱི་རིགས་པ་  
དང་བྲལ་བའི་ལུང་གཞོན་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་བ་སྟེ། ཚུལ་གསུམ་བསྟན་པ་ཡིན་  
ནོ། །

གསུམ་པ་སེལ་བྱེད་ཆད་མའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ། ཡིད་  
ཆེས་ལོགས་སུ་བཤད་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ་ནི། གལ་ཏེ། སེལ་བྱེད་ཆད་  
མའི་དབྱེ་བ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ། གཞན་རིག་མདོན་སུམ་དང་། རང་རིག་  
མདོན་སུམ་སོགས་སོ་སོར་མ་སྤྱེ་བར་མདོན་སུམ་དོན་དང་ཞེས་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱས་ཤིང་། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་  
རྗེས་དཔག་སོགས་གཅིག་ཏུ་མ་བསྐྱས་པར་དབྱེ་བའི་གངས་འཛིན་རེ་རེ་  
ལོགས་སུ་བགྱངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཞེས་དགོས་པ་བསུས་ནས་དངོས་སྟོབས་  
རྗེས་དཔག་དང་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གཉི་ག་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་བྱང་  
མེད་ཀྱང་། སེལ་བྱེད་ཆད་མའི་དབྱེ་བ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་དེ་གཉིས་སོ་  
སོར་སྤྱེ་བ་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་ཀྱི་བྱང་པར་བསྟན་པའི་སྤར་ཡིན་ནོ་ཞེས་



པ་ལན་གཞུང་གི་དོན་དུ་བཤད་པར་བྱ་ཞིང་། ཁ་ཅིག་། མདོན་སྐྱམ་དོན་དང་  
 རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟེན་ལ་འོ། །ཞེས་པའི་སྐྱབས་  
 སུ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཞེས་པའི་གསལ་ཀ་མེད་པར། རྗེས་དཔག་དང་  
 ཞེས་སྒྱུར་སྟོས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཡིད་ཆེས་ལོགས་སུ་སྟོས་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དོགས་པ་སྐྱེ་བའི་གཞི་བྱས་ནས་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་ལས་ལོགས་སུ་  
 འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེས་བྲིས་པའི་ལན་དུ། གཞུང་འདི་དག་འཆད་མོད།  
 དེ་ལྟར་ན་རང་ལུགས་ལ་ཡང་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་། རྗེས་དཔག་ཅམ་ལས་  
 ལོགས་སུ་བཤད་པར་འདོད་དགོས་ཤིང་། རྗེས་དཔག་དག་ཞེས་པའི་ཆིག་  
 གིས་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པར་རྗེས་དཔག་ཅམ་  
 བསྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཆིག་དེ་ཉིད་གསུངས་པ་ཡིན་པར་འདོད་  
 དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན། ཐ་དད་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་གཞུང་འཆད་པའི་  
 ཐབས་མེད་དོ། །

དེ་ལྟར་ཁས་སྦངས་ན་ཡང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་དང་ཇི་ལྟར་འགལ་བར་མི་འགྱུར། དེས་ན་སྔ་མ་ལྟར་གཞུང་གི་  
 ཆིག་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་དེས་ན་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་ལ་དཔྱོད་  
 པའི་སྐྱབས་སུ། ལུང་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་བྱིར། ལུང་ཆད་མར་  
 ཁས་སྦངས་ནས། དེ་ལས་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་ཆད་མ་ནི།  
 རྗེས་དཔག་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་  
 རྗེས་དཔག་དང་། རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་བྱེད་པར་མེད་ན་ཡང་སེལ་བྱེད་ཆད་

མའི་རྩ་བའི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ། མངོན་སུམ་ཙམ་གྲངས་འཛིན་  
གཅིག་ཏུ་བགྲངས་པ་ལྟར། རྗེས་དཔག་ཙམ་གྲངས་འཛིན་གཅིག་ཏུ་མ་བྱས་  
པར་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་། ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་  
གཉིས་གྲངས་འཛིན་རེ་རེ་ཐ་དད་དུ་བྱས་པ་ནི། ལུང་ཙམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་  
ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་ཡིན་པས། དེ་ལ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་  
གཞོད་སྐབས་ཏུ་མི་འཇུག་ཅིང་། དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་ལ་ཡང་།  
ལུང་གཞོད་སྐབས་ཏུ་མི་འཇུག་གོ། ཞེས་ཆད་མ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་  
པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་ན། རྗེས་དཔག་གི་གསལ་བའི་  
དབྱེ་བ་རི་སྟེང་ཡོད་པ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ཡིན་པར་  
འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མཚོ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་འདོད་ན་སྐབས་དེར་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་  
པའི་རྗེས་དཔག་ནམས་ཀྱང་གྲངས་འཛིན་རེ་རེ་སྟོས་དགོས་པ་ཉིད་དུ་ཏ་ཅང་  
ཐལ་ཆེས་པར་གྱུར་བའོ། ། ཡང་དེ་གསུམ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་རིགས་  
གཅིག་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་སྟོས་མི་དགོས་ན་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་དང་།  
ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གཉིས་ཀྱང་། ལོགས་ཤིག་ཏུ་གྲངས་འཛིན་རེ་རེ་བྱས་  
པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་རིགས་  
གཅིག་པའི་སྤྱིར།

བཞི་པ་རིགས་སྟོར་རང་ཆིག་དང་ལུང་ཆིག་གི་འགལ་བ་སོ་སོར་  
གསུངས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཀུན་ལས་བརྟམས་སུ་རང་ཆིག་

དང་ལུང་ཆིག་གཉི་ག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་དེ་གཉིས་དང་  
འགལ་བའི་དམ་བཅའ་དཔེ་གཅིག་གིས་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་པ་  
སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། རིགས་སྒྲོར། རང་ཆིག་དང་འགལ་བ་དང་  
ཁས་སྦངས་དང་འགལ་བའི་དཔེ་ཐ་དད་ཏུ་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་  
ན། རིགས་སྒྲོར་དངོས་ཤུགས་འགལ་བའི་རང་གི་ཆིག་ཀྱང་ལུང་དང་འགལ་  
བ་ལས་དཔེར་བརྗོད་ཐ་དད་པའི་སྒྲོན་ས་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། རྒྱབ་  
རྟེན་ཆད་མ་མེད་པའི་དམ་བཅའི་ཆིག་ཙམ་རང་གི་དོན་གྱི་བསྐྱོག་སྤྱོད་གས་  
བརྗོད་པའི་དམ་བཅའི་དོན་ལ་གོགས་བྱེད་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་  
པའི་བྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲེལ་བྱེད་གཞན་དག་གི་བཤད་པ་ཡིན་ལ།

རྒྱན་མཁན་པོ་ནི་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། གལ་ཏེ་རང་ཆིག་དང་ཁས་  
སྦངས་པའི་ཆིག་ལ་ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མེད་ན། ཅིའི་བྱིར་རིགས་  
པའི་སྒྲོར། རང་ཆིག་དང་འགལ་བ་དང་། ཁས་སྦངས་དང་འགལ་བ་གཉིས།  
དཔེར་བརྗོད་སོ་སོར་བསྟན་ཅེ་ན། བདེན་ཏེ་དེ་གཉིས་གང་ཡང་རང་གི་དོན་  
གྱི་བསྐྱོག་སྤྱོད་གས་བརྗོད་པའི་དམ་བཅའི་དོན་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཆིག་ཙམ་  
ཡིན་པར་བྱེད་པར་མེད་མོད། དོན་ཀྱང་རང་གི་ཆིག་དང་འགལ་བ་ཡང་ཁས་  
སྦངས་དང་འགལ་བ་ལས་ཐ་དད་པར་བྱས་པ་ནི་དག་སྤྲ་མས་བཞག་པ་བྱི་  
མས་ཉམས་པར་བྱེད་པ་ནི། ཁས་སྦངས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ལ། དངོས་སུ་  
སྤྱོད་པའི་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་དེའི་ཤུགས་ལས་འོངས་པའི་དམ་བཅས་ཉམས་  
པར་བྱེད་པ་ནི། རང་ཆིག་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དག་གི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་

ཕྱིར་ཡིན་གྱི། རྒྱས་པའི་བྱང་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འཆད་  
ཅིང་འདི་ཞིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ། རིགས་སྒྲོལ། རང་ཆོག་འགལ་བའི་དཔེར་བཟོད་  
དུ། རག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅས་པ་དང་། ཁས་སྦངས་དང་  
འགལ་བའི་དཔེར་བཟོད་དུ་ལྷག་པ་པས་སྒྲ་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་བཞོད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྷ་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལྷང་རང་གི་བཟོད་བྱའི་སྒྲུབ་བྱེད་དང་  
བཟོག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་དགག་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞིན་  
ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་ལྷང་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། དེ་ལ་དབྱེད་  
པའི་ཆོ། ལྷང་ཆད་མར་ཁས་སྦངས་པ་ལས་གཞན་མེད་ཅིང་། སྒྲོལ་བ་དེ་  
ཡིས་བསྟན་བཅོས་ཆད་མར་ནི་མདོན་སྒྲོག་ལ་དབྱེད་པའི་ཆོ་ཡང་། ཁས་  
སྦངས་པའི་ཕྱིར་ན་གཞལ་བྱའི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ལྷང་རང་གི་བཟོད་བྱའི་  
སྒྲུབ་བྱེད་དང་། བཟོག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། གལ་ཏེ་  
དེ་ལྟར་ན། ལྷང་དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་སྒྲོལ་བས་ཆད་མར་མི་འདོད་ན་ཡང་རང་  
གི་བཟོད་བྱའི་བཟོག་སྒྲོགས་ལ་གཞོད་བྱེད་མིན་ནམ་ཅི་སྟེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
བྱེད་རང་གི་བཟོད་བྱེད་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ཆད་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལྷང་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འཇུག་  
ན། ཁོ་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འཇུག་པ་སྒྲོལ་བས་ཁས་སྦངས་པ་ལ་སྟོས་པར་མི་  
རིགས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

གལ་ཏེ། ལྷང་དེ་ཉིད་ཞིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དབྱེད་པའི་སྒྲུབས་སུ་ཆད་



མར་ཁས་སྒངས་ནས། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་སུ།  
གཞོན་སྐྱབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་དོར་ན། རང་ཚིག་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་ཚིག་འགལ་བ་དང་། བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་  
གཉིས། ཐ་དད་མེད་པར་འགྱུར་བས་ཏེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། སྤར་ཤིན་ལྗོག་  
ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་སུ་ཁས་སྒངས་པའི་བསྟན་བཅོས་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་  
ཡུལ་ལ་དཔྱོད་པའི་ཆོ། སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པ་དོར་ན། རང་ཚིག་འགལ་བ་ཡིན་  
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་  
ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ན། ལུང་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱ་  
ལ་མི་སྤྲོ་བར་ཁས་སྒངས་པ་ཅམ་གྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐྱབ་  
བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བར་འདོད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན་སྤྲོས་བྱའི་འདོད་པས་  
སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་བྱས་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་འདི་མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཆད་མ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་དགོས་པས། དམ་བཅའ་ཐམས་ཅད་རང་  
རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། དོན་དེ་ཡིན་  
ཏེ། ཡིན་པར་ཁོ་བོས་སྤྲོས་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་ཉིད་གྱིས་ཉགས་ཡང་དག་གི་  
མཐར་ཐུག་པར་འགྱུར་རོ། །

བྱུག་པ་ཡུལ་གང་ལ་དཔྱོད་པའི་ཆོ། ལུང་ངེ་ལྟ་བུ་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་  
འགྱུར་བའི་ཚུལ་དངོས་བཤད་པ་ནི། དེས་ན་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མ་ལ།  
རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་དོན་དག་ལ་བསྟན་བཅོས་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་དོར་ནའང་ཉེས་པ་  
མེད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་ལྗོག་གྱུར་དག་ལ་བསྟན་བཅོས་ནི་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་མི་འདོད་ན།

སྟོང་པ་ཉིད་མི་འདུག་ཅིང་རྟོགས་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །འདིས་ནི་ཤིན་ཏུ་  
མྱོག་གྱུར་ལ་དཔྱོད་པའི་ཆོ། ལུང་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ཞེས་པ་ཅམ་  
ཞིག་བསྟན་གྱི། དེའི་ཆེ་ཡང་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་  
ཁས་ལེན་དགོས་པར་མ་བསྟན་ནོ། །

འོན་དེའི་ཆོ། ལུང་རི་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་ཁས་སྦང་བར་བྱ་ཞེ་ན། དེའི་  
ཆེ་ཡང་ལུང་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་མི་སྦྱ་བར་ཁས་  
སྦང་དུ་རུང་བས་མ་བྱུང་སྟེ། ལུང་འདི་དག་གི་དོན་ལ་ཚད་མས་བརྟག་པ་  
བྱས་པ་ན། བྱི་རོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་པལ་ཆེར་ནི། ནང་འགལ་བ་བརྗོད་  
པ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། ཆགས་  
སོགས་ཆོས་མིན་པའི་རྩ་བར་བརྗོད་ཅིང་སྦྲར་ཡང་གང་གྲ་ལ་སོགས་པའི་  
འདུག་དགོས་གྱི་བྱས་གྱིས་ཆོས་མིན་སྟེག་པ་དག་པར་འགྱུར་བ་སྟོན་པ་ལྟ་  
བུའོ། །

དེ་དག་ནི་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་ཞིག་གང་གི་རྒྱ་ལ་མི་  
གཞོད་པ་དེས་ནི། དེའི་འབྲས་བུ་འཛོམས་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མངར་བ་  
དང་སྒྱུ་མ་པའི་རྩ་བ་ཀྱིས་བད་ཀན་ལ་མི་གཞོད་པ་བཞིན། རྩ་བ་བྱས་གྱིས་  
ཀྱང་སྟེག་པའི་རྒྱ་ཆགས་སོགས་ལ་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འགལ་  
བྱུང་དམིགས་པའོ། །འོན་དེའི་ཆེ་ལུང་རི་ལྟ་བུ་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་མི་སྦྱ་བར་  
ཁས་སྦང་བར་བྱ་ཞེ་ན། ལུང་གང་ཞིག་གི་དོན་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་དང་མྱོག་  
གྱུར་དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་པས་འགྱུར་ཅིང་། མ་མཐོང་བ་ཤིན་ཏུ་མྱོག་

གྲུར་སྟོན་པའི་ཆ་ལ་རང་ཆོག་སྒྲིལ་བའི་ལག་ལ་བ་སོགས་ཀྱིས་གཞོན་པ་མེད་  
པའི་ལུང་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་གང་ཡིན་པ་དེ། ལུང་ཆོད་མར་  
གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་  
གི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ཞེས་པ་  
ལྟ་བུའི་ལུང་དེ་རང་གི་བསྟན་བུའི་དོན་ལ་མི་སྦྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་རྟོག་ལྟ་  
དག་དཔྱོད་པ་འབྲུག་པར་འགྱུར་རོ། །

འདིས་ནི་དབྱེད་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་སྟོན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་  
འབྲུང་བའི་སྦྲུབ་བྱེད་དང་། མི་འབྲུང་བ་ལ་གཞོན་བྱེད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི།  
སྟོན་པས་ལོངས་སྟོང་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ཞེས་པ་སྟོན་པ་ལས་ལོངས་སྟོང་  
འབྲུང་བའི་སྦྲུབ་བྱེད་དང་། མི་འབྲུང་བ་ལ་གཞོན་བྱེད་དུ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་  
ཞིང་། དེས་ན་འདི་དག་ལ་བྱས་པ་ཅུམ་སྒྲིལ་མི་རྟག་པའི་སྦྲུབ་བྱེད་ཡང་དག་  
ཡིན་ཀྱང་། སྒྲིལ་བྱས་པ་སྒྲིལ་མི་རྟག་པའི་སྦྲུབ་བྱེད་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའི་  
ཁུང་པར་ཡོད་པར་ཞེས་པར་གྱིས་ཞིག།

གསུམ་པ་གྲགས་པའི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་  
དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་སེལ་བྱེད་དངོས་ཡིན་  
པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཉིད་མདོའི་དོན་བཤད་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་  
པར་སྦྲུབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་དང་། གྲགས་པ་ལོགས་སུ་སྟོས་  
པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པ་ལོགས་སུ་སྟོས་པའི་  
དགོས་པ་དེ་དག་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པར་སྦྲུབ་པ་དང་ལྟ། དང་པོ་ནི། རྟོ་

བོ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་རྣམ་ཉིད་ཡིད་ཆེས་ཤིང་གཏིང་ཚུགས་པས་སྐྱར་བ་  
གང་ཡིན་པའི་འདོད་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་པ་ཉིད་  
དོན་ཐམས་ཅད་ལ་བཀག་པ་མེད་དེ། བྱོད་སྐྱེས་བུའི་འདོད་པ་ཅམ་དང་རྗེས་  
སྐྱ་འབྲེལ་བའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་རི་བོང་ཅན་ལྷ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་  
ཡིན་པར་དམ་བཅས་པ་ལྟ་བུ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་  
རུང་བར་དམ་བཅས་པ་རྣམས་ནི། གཞོད་པ་མེད་པའི་ངག་ཡིན་ནོ། །

འདིས་ནི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ན། འདོད་པའི་དབང་གིས་དོན་ཐམས་  
ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པར་བསྐྱབས་པའི་སྒོ་ནས་རི་བོང་ཅན་ལྷ་བའི་  
སྐྱས་བརྗོད་རུང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་ཆོས་སྐྱ་  
བསྟན་ནས། གྲགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
གི་གཞལ་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་གྲགས་པས་བསལ་ཞེས་པའི་སྐྱབས་འདིར། སེལ་བྱེད་ཀྱི་  
གྲགས་པ་དངོས་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་  
གྲགས་པ་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ན་ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་གང་རུང་ཡིན་དགོས་  
ན་ཡང་། གྲགས་པ་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་ནི་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་  
བཞག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཐ་སྙད་ལ་ནི་སྐྱེས་པ་སྟེ། ཐ་སྙད་མཚན་ཉིད་པས་  
བཞག་པ་ཡིན་པས། དེའི་བྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་དེ་གྲགས་པའི་སྐྱ་ཡིས་བརྗོད་  
པ་ཡིན་ནོ། །

ངག་དོན་ནི། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་ཆོས་



ཅན། ཁྱོད་ལ་གྲགས་པའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་  
གྲགས་པ་དངོས་ཡིན་པར་གྱུར་པའི་འདོད་པས་བཞག་པ་ཙམ་གྱི་ཚུལ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེས་ན་གྲགས་པའི་མིང་ཅན་བཟོད་རུང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གཞོད་པ་ལ་  
དེའི་ཡུལ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོད་ཅེས་བཤད་  
པ་ཡིན་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱི་གཞུང་བྱ་ལ་ཡང་འཇལ་  
བྱེད་ཀྱི་སྐྱོ་སྐྱོ་བཏགས་ནས་མཉན་བྱ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་ལ་མངོན་སུམ་  
སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པར་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་གྲགས་པའི་ཉགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་  
བྱེད་ཀྱི་ཉགས་བཤད་པ་ནི། འདོད་པ་དེ་ལ་བཏེན་ནས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་རྫོད་  
བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་ནི་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། འདོད་པ་དོན་  
ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་དགག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་སྣ་ཚོགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ལ་སྒར་བརྟུན་བྱས་ཟིན་པ་དང་། སྒར་བརྟུན་མ་ཟིན་པའི་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་  
སྐྱ་རྣམས་གང་ཡང་གདགས་སུ་རུང་བར་རྟོག་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་  
པ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་གོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཉགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་བྱ་བཟོད་རུང་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་  
གྲགས་པའི་བསལ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ་སེལ་བྱེད་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་པར་  
བསྟན་པ་ནི། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་གྱི་དོན་ཡིན་པ་ཙམ་དང་ནི་  
བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཅན་བྱུང་བ་སྒར་གྲགས་ཟིན་པའམ་  
ནི་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་སྒར་གྲགས་མ་ཟིན་པའི་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིས་བཟོད་

དུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཡིས་རང་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་བསྐྱོག་སྒྲིགས་དག་ལ་  
གཞོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཉིད་གྲགས་པས་ངེ་ལྟར་གཞོད་པའི་ཚུལ་ཡིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་དེ་ཉིད་མདོའི་དོན་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་  
པར་སྐྱབ་པ་ལ་དངོས་དང་། དཔེའི་བཀལ་ལན་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐོག་མར་སྤྱིའི་དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་  
སྟེ། དེ་ཡང་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྗེས་སུ་  
དཔག་པ་ནི་མེད་ལ། སྐྱེལ་ས་རྩུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་  
ན། བསལ་བ་དེ་ཡང་སྒྲིགས་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རི་བོང་ཅན་ནི་ཟླ་བ་མ་  
ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་འདིའི་དོན་  
བཤད་ནས་སེལ་བྱེད་གྱི་གྲགས་པ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ལ་བཞེད་པར་སྐྱབ་  
པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་མདོ་ཆོག་དེའི་དོན་ནི། རྗོད་བྱེད་གྱི་སྐྱོད་ན་ཐམས་ཅད་  
ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་འགོག་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་དེ། དེ་འགོག་པའི་  
རྟོགས་གང་བཞོད་ཀྱང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟོགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
དེས་ན། དེ་འགོག་པ་ནི། སྐྱེལ་ས་རྩུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་  
གྱིས་ན། རྗོད་བྱེད་གྱི་སྐྱོད་ན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་མི་རུང་བ་དེ་ཉིད་  
གྲགས་པས་བསལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིགས་མ་ཡིན་ནོ། །

བརྗོད་དུ་རུང་གི་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་འགོག་པའི་ཕྱིར་དུ་བཞོད་པའི་  
རྟོགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་དེའི་དམ་  
བཅའ་གྲགས་པས་བསལ་བ་ནི། དཔེར་ན། རི་བོང་ཅན་ནི་ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་སྟེ། འདིའི་དོན་ལ་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་  
 དབང་སྟོན་ནི། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་ལ་  
 ཞེས་པའི་མདོ་ཆིག་སྟེ་མ་འདིས་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་མེད་  
 པར་བསྟན་ཅིང་། སྐྱེལ་ས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་  
 བསལ་བ་དེ་ཡང་སྟོགས་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་མདོ་ཆིག་སྟེ་མ་འདིས།  
 དངོས་སུ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པས་བསལ་བ་སྟོགས་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པས་  
 རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བར་གྲགས་པའི་རྗེས་  
 དཔག་གིས་བྱུང་གྱང་། དེ་ཉིད་འཇུག་ཏུ་མི་རུང་བར་ཆད་མ་གཞན་གྱིས་  
 བྱུང་བ་ལྟ་བུའི་འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་མེད་པར་བསྟན་ཅིང་། དེའི་ཤུགས་  
 ལ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་ལ་ཡང་འགྲན་སྒྲུའི་ཆད་མ་  
 དེ་ལྟ་བུ་མེད་པར་བསྟན་ཏེ། འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་དོན་འཇུག་པའི་  
 ཆད་མ་ལ་ཡང་འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་ཆད་མ་མེད་ན། དངོས་པོ་ལ་  
 གནས་པའི་དོན་འཇུག་པའི་ཆད་མ་ལ་འགྲན་སྒྲུ་ཡོད་པར་ལྟ་སྟོས་གྱང་ཅི་  
 དགོས་སྟམ་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པས་སྐྱུ་  
 རྣམས་ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གྱང་དོན་འདི་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བེར་  
 རོ། །

སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་ནི། དེ་བཞག་ནས། མདོ་ཆིག་སྟེ་མ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དངོས་སུ་སྐྱེད་བྱུང་གྲགས་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་མེད་པར་བསྟན་ཅིང་། ཤུགས་ལ་  
 རྗེས་དཔག་གཞན་ལ་ཡང་འགྲན་སྒྲུ་མེད་པར་བསྟན་ཏེ། །ཞེས་བེར་རོ། །

སྟོབ་དཔོན་རྒྱན་མཁན་པོ་ན་རེ། སྒྲ་མས་སྒྲ་བྱང་གྲགས་པ་ལ་གཞི་ད་  
བྱེད་མེད་པར་གཏོ་བོར་བསྟན་ཅིང་། བྱི་མས་འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་  
གཏན་ཆིགས་མི་སྲིད་པ་གཏོ་བོར་སྟོན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

འདིར་ནི་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སྟོའི་བཤའ་པ་ཉིད་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་  
གཞུང་ལ་འགྲིག་པར་མདོན་པས་དེ་བཞིན་དུ་བཤའ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་  
མདོའི་དཔེར་བརྗོད་ལ། རི་བོང་ཅན་ནི་རྩ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་  
པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ནི་བ་འཆོས་རྩ་བ་ཉིད་སྒྲུབ་གཏན་ཆིགས་ལ། །བྱུན་མོང་  
མིན་པ་ཉིད་བཤའ་པ། །གྲགས་པ་ལས་ནི་ཐ་དད་པའི། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ལ་  
བརྟེན་པའོ། །ཞེས་བཤའ་པ་ལྟར་རི་བོང་ཅན་ནི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར།  
ཞེས་པའི་ཚུལ་གཉིས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། དང་ནི་རི་བོང་ཅན་ཆོས་ཅན། རྩ་བའི་  
སྒྲུབ་བརྗོད་རྒྱུད་ཡིན་པར་གྲགས་པ་ཅམ་གྱིས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་  
བྱིར། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། བྱི་མ་ནི་རི་བོང་ཅན་ཆོས་ཅན། དངོས་སྟོབས་  
གྱིས་རྩ་བའི་སྒྲུབ་བརྗོད་རྒྱུད་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་  
ནོ། །

དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་མ་དང་སྒྱུར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གཞན་  
དུ་འདིར་ནི་གཞི་ད་པ་ཡིས། ཞེས་སོགས་གྱིས་མདོའི་དོན་འཆད་པར་བྱེད་  
ཅིང་། དཔེར་བརྗོད་བྱི་མ་དང་སྒྱུར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མདོའི་དོན་  
འཆད་པ་ནི། ཡང་ན་འཛིག་རྟེན་བརྗོད་པ་ལ། ཞེས་སོགས་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་  
དཔེའི་བརྒྱལ་ལན་ཡང་། ཚུལ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། གཞུང་གི་དོན་



འཆད་པ་ན་དེ་ལྟར་གོ་བར་བྱའོ། །

ད་ནི་ཆོག་གི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྐྱེ་ལས་  
བྱུང་བའི་གྲགས་པ་ཞེས་གསུངས་ཀྱི། བརྗོད་དུ་རུང་བས་གཞོད་པར་མ་  
གསུངས་པ་མིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་དེ་ཉིད་སེལ་བྱེད་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡང་འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་དོན་ལ་དངོས་སུ་  
གྲགས་པ་མེད་ཀྱང་དངོས་པོ་དེ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་རུང་བ་ཉིད་དེའི་སྟོབས་  
ཉིད་ལས་དོན་དེ་ལ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཀུན་འཇུག་རུང་དུ་འབྲེལ་བར་གྲུབ་པ་  
དེས་ན་དོན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དེ་ནི་འདོད་པའི་དབང་  
གིས་འཇུག་དུ་རུང་བར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། སྐྱེ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་ཞེས་  
པས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན་པ་ལས་གཞན་  
དུ་གྲགས་ཟིན་ཀྱི་གྲགས་པ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་ན། རི་བོང་ཅན་ནི་ལྷ་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཡོད་པ་རི་བོང་ཅན་ལྷ་བ་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་  
བཞོད་པ་འདིར་ནི། དེ་ལྟར་གཞོད་བྱེད་དུ་བཞོད་པའི་གཏན་ཆོག་ཤིང་དེས་  
མ་སྟན་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་སྟན་མོང་མིན་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
ཡོད་པ་དེ་ལྷ་བར་གྲགས་མ་ཟིན་པའི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་གི་ཆེ་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་ཞེས་པས་བརྗོད་རུང་ཉིད་  
བསྟན་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། དཔེར་སྟོས་པའི་གཏན་ཆོག་ཤིང་དེའི་དོན་ཡང་། རི་  
བོང་ཅན་ནི་ལྷ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པར་

འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་ཡང་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་  
རུང་མ་ཡིན་པའི་དོན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་རི་བོང་ཅན་རྒྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་མ་ཡིན་པ་འགོག་པའི་  
ཏྲགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་། དོན་དེ་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་  
མི་གཞོད་དུ་ཆུག་མོད། དེ་ཅམ་གྱིས་དོན་དེ་ལ་ཆད་མས་གཞོད་པ་མེད་པར་  
མ་འགྱུབ་སྟེ། མངོན་སུམ་ཡང་ཆད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། རི་བོང་ཅན་རྒྱ་  
བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་གི་དོན་དེ་ཆད་མས་འགོག་ན། རྗེས་དཔག་ལས་འགོག་  
པར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱ་དོན་ལ་དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་མངོན་སུམ་དངོས་སུ་  
འཇུག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་།

གལ་ཏེ་དེ་འགོག་པ་ལ། ཡོད་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཏྲགས་ཡིན་  
ཡང་། ཡོད་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་ཏྲགས་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པས། རི་  
བོང་ཅན་རྒྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་  
ན། རི་བོང་ཅན་རྒྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་  
ཏྲགས་སུ་བཀོད་པ་ན་ཡང་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་དེར་ནི།  
ཏྲགས་ཇི་སྟེད་བཀོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་  
པའི་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཡོད་པ་རྗེས་སུ་མི་འགྲོ་ཞིང་ཆོས་  
གཞན་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་མི་སྤིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་དེ་སྐྱབ་ལ་ཡོད་པ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་ཀྱང་། མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་

རྗེས་འགོ་མི་བྱེད་ན་རྟགས་གཞན་བཞེད་ན་རྗེས་འགོ་བྱེད་པ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་  
 ཞེག་དགོས་ཞེས་དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་དོན་དུ་རི་བོང་ཅན་ནི་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་གཏུན་ཆིགས་གྲགས་པའི་བསལ་བ་སྟོན་པའི་  
 སྐབས་སུ། དཔེར་བརྗོད་པ་འབྲས་བུ་དང་ནི་ལྟན་པར་འདོད་ཀྱི། གཞན་དུ་ན།  
 བརྗོད་བྱ་ཆད་མས་བསལ་བའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲ་གི་དཔེ་སྟོན་པ་ན།  
 རྟགས་སྟོར་དེ་ལྟ་བུ་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །དེ་དག་གིས་  
 གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མེད་ལ། ཞེས་པ་དཔེ་  
 དང་བཅས་པའི་དོན་བཤད་ནས་སྒྲ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་  
 དོན་གྱིས་ན། བསལ་བ་དེ་ཡང་སྟོགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་མདོ་ཆིག་གིས་  
 དངོས་སུ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་འདོད་པའི་དབང་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་  
 མི་རུང་བ་ལ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པས་གཞོད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
 འཆད་པ་ནི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི། སྒྲ་ནི་བརྟེན་ལ་བརྟེན་པ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། བརྟེན་དེ་ཡང་  
 འདོད་པ་ཅུ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། འདོད་པ་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་དགར་  
 འཇུག་པས་འདོད་ཀྱི་ལ་བའི་སྒྲ་ཡིས་གྲུབ་པའི་བརྗོད་རུང་དོན་གང་ལ་ཡང་  
 མ་གྲུབ་པ་མིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་འདོད་པའི་དབང་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 འཇུག་ཏུ་མི་རུང་བར་དམ་བཅས་པའི་དོན་ལ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། སྒྲ་ལས་བྱུང་  
 བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་ན། བསལ་བ་དེ་ཡང་སྟོགས་མ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

མདོ་ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའི་དོན་འཆད་པ་ནི། མདོ་  
ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཤུགས་ལ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པས་  
བསྐྱབ་པའི་དོན་རྣམས་ལ་ཡང་འགལ་བ་ལ་འབྱུང་བ་མེད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་  
མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་སུ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པའི་བསྐྱོག་སྟོགས་  
འཇལ་བའི་ཆད་མ་མེད་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དང་། བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་  
དངོས་སུ་འཇལ་བའི་ཆད་མ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་དེ་ཉིད་དང་སྦྱར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མདོ་དེ་  
དག་གི་དོན་རིམ་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཟེན་ནས། ད་ནི་རི་བོང་ཅན་ཟླ་བ་  
ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པ་དཔེར་བཞོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་  
ཉིད་དང་སྦྱར་ཏེ། མདོ་དེ་དག་གི་དོན་བཤད་པ་ནི། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མེད་ལ། ཞེས་པའི་མདོ་ཆོག་དེས་བརྗོད་རུང་  
གྲགས་པ་འགོག་པའི་རྟགས་ཐམས་ཅད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཡིན་  
པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས། བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ལ་གཞོད་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་  
མེད་པར་བསྟན་པ་ལས། ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་ན་རི་བོང་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཟླ་  
བ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱས། བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་དངོས་པོའི་དབང་གིས་ཞུགས་པར་  
ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་རྗེས་དཔག་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
རྟགས་ཐམས་ཅད་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་



བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཅི་སྟེ་ཟླ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེས་རི་བོང་ཅན་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་འདུལ་བའི་རྗེས་དཔག་མེད་  
 གྲང་། ཚད་མ་གཞན་ཡོད་པར་མི་འགལ་ཏེ། མངོན་སུམ་ཡང་ཚད་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེ་ན། དེ་སྐྱབ་རྗེས་དཔག་ལས་འགྱུར་ཏེ། །སྐྱ་དོན་ལ་དབང་  
 འཇུག་མེད་ཕྱིར། ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་རི་བོང་ཅན་ལ་ཟླ་བའི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་  
 སྐྱབ་པ་ལ་ཡོད་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཡིན་གྲང་། དེ་སྐྱབ་པའི་  
 རྟགས་གཞན་ཡོད་པ་ཅི་འགལ་སྟུམ་ན། དེ་ལྟར་སྐྱབ་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་རྟགས་  
 སུ་བཀོད་པ་ན་ཡང་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་དེར་རྟགས་རི་སྟེད་  
 བཀོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་ཐུན་མོང་  
 མིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། ཞེས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་གྲགས་  
 བསལ་གྱི་དཔེར་བཟོད་པ་སྟོན་པ་ན། རི་བོང་ཅན་ནི་ཟླ་བ་ཡིན་ཏེ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཏན་ཆིགས་གྱི་སྒྱུར་བ་གསུངས་པ་འབྲས་བུ་དང་ནི་ལྟན་  
 པར་འདོད་དོ། །

དེ་ལྟར་ལུང་དང་པོའི་དོན་བཤད་ནས། གཉིས་པའི་དོན་འཆད་པ་ནི།  
 སྐྱ་ནི་བདུ་ལ་བརྟེན་པ་ཅན། །དེ་ཡང་འདོད་ཅུ་བརྟེན་པ་ཡིན། སྐྱ་ཡིས་གྲུབ་  
 པ་མ་གྲུབ་མིན་པས་ཟླ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་  
 པ་ནི། བཟོད་རུང་གྲགས་པའི་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དུ། སྐྱ་ལས་རྒྱུང་བའི་གྲགས་པ་ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །རྗེས་

སྤྲུང་པ་ག་པས་ཞེས་སོགས་སྤྲུམ་དང་འདྲའོ། །

གལ་ཏེ་རྩོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུ། དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་  
སྤྲུབ་པའི་རྗེས་དཔག་མེད་པར་བརྗོད་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ན་  
དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་སྤྲུང་པ་ག་པ་ལས། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
ཡུལ་གྱི་རིགས་ཐ་དད་པ་ཅན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་  
བཞག་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྟན་པའི་སྤྲུར་རོ། ། ཡུལ་གྱི་རིགས་ཐ་དད་པར་  
བསྟན་པས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ་ཅེ་ན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེས་ན་དངོས་པོའི་དབང་  
གིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་རྣམས་རང་གི་གཞལ་བྱར་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་རྗེས་  
སྤྲུ་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་པ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་སྤྲུང་པ་ག་  
པས་ཡུལ་གྱི་རིགས་ཐ་དད་པའི་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་དེ། དངོས་པོའི་  
དབང་གིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ལ་མི་འཇུག་པར་འདོད་པ་ལས་སྦྱེས་པ་སྟེ། འདོད་  
པ་ཙམ་གྱིས་བཞག་པའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེའི་བཀལ་ལན་བསྟན་པ་ལ་ཡང་། བཤད་ཚུལ་སྤྲུམ་མའི་  
དཔེར་བརྗོད་ལ་བཀལ་བའི་ལན་དུ་སྦྱར་བ་དང་། སྤྲུ་མའི་དཔེར་བརྗོད་ལ་  
བཀལ་བའི་ལན་དུ་སྦྱར་བ་དང་གཉིས། དང་པོ་ནི། རི་བོང་ཅན་རྩོམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཡོད་པའི་སྤྲུར། ཞེས་པ་འདི། མཐུན་སྤྱོད་མཐའ་དག་ལ་མི་འཇུག་  
ཅིང་། །མི་མཐུན་སྤྱོད་མཐའ་དག་ལ་འཇུག་པའི་འགལ་ཏྱགས་མ་ཡིན་  
ནམ། རི་ལྟར་ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཏྱགས་སྤྲུ་བཤད་ཅེ་ན། ཏྱག་ཡུལ་ན་

ཡོད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རི་བོང་ཅན་འདོད་པའི་དབང་གིས་ཟླ་བའི་སྐྱེས་  
བརྗོད་མི་རུང་དུ་སྐྱབ་པའི་སྐྱེས་མོང་མིན་པའི་རྟགས་སུ་འདོད་ཅིང་བཤད་  
པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་སྐྱེས་སྟོགས་ལ་རུང་བཟད་ཀྱང་མི་  
འཇུག་ཅིང་། སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་འདོད་པའི་བརྗོད་པའི་  
སྟོང་མི་མ་སྐྱེས་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་  
ཡིན་པའི་སྟེར།

བརྗོད་པའི་དོར་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མ་སྐྱེས་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པ་ཅི་ཞེ་  
ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བརྗོད་པའི་དོར་རི་བོང་ཅན་འདོད་པའི་དབང་གིས་  
ཟླ་བའི་སྐྱེས་བརྗོད་རུང་དུ་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་མ་སྐྱེས་དཔེ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཟླ་བར་ཆེས་ཞིན་ཏུ་གྲགས་པའི་རི་བོང་ཅན་ལ་ཡང་ཟླ་བའི་སྐྱ་གྲགས་  
པའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་མི་འདོད་པའི་བརྗོད་པ་དེ་ཟླ་བའི་སྐྱ་གྲགས་  
པའི་དབང་གིས་འཇུག་པའི་དོན་གང་ཞིག་འདོད་པར་འགྱུར་ཏེ། རུང་བཟད་  
ཀྱང་ཡོད་པར་མི་འདོད་པ་དེའི་སྟེར། དེས་ན། རྒྱ་མཚན་དེ་ཅུ་ལ་དགོངས་  
ནས་སྐྱེས་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱེས་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་མ་དེས་པའི་རྟགས་མཚན་ཉིད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྟག་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་དེ།  
རི་བོང་ཅན་གྲགས་པའི་དབང་གིས་ཟླ་བའི་སྐྱེས་བརྗོད་རུང་དུ་སྐྱབ་པའི་  
རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟེར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི་གལ་ཏེ་རི་བོང་ཅན་ནི། ཟླ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་སྟེར།  
གྲུབ་པའི་བརྗོད་བྱ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བཀོད་པ་ན། འདི་ལ་ཡང་མ་སྐྱེས་དཔེ་

ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ ཟླ་བར་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གྲགས་པའི་རི་བོང་ཅན་ལ་  
 ཡང་ཟླ་བའི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་མི་འདོད་པ་དེ། དངོས་  
 པོའི་དབང་གིས་ཟླ་བར་གྲགས་ཤིང་བརྗོད་པའི་དོན་གང་ཞིག་གི་འདོད་པར་  
 འགྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར། རི་བོང་ཅན་ལ་ཟླ་བའི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་  
 པར་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་མ་ཐུན་དཔེ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་པས་ཡོད་པ་དེ་ནི་རི་བོང་ཅན་  
 ལ་ཟླ་བའི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་སྐྱབ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་རྟགས་སུ་འདོད་ཅིང་བཤད་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་  
 རྟགས་མཆོན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་དེ་རི་བོང་ཅན་ལ་ཟླ་བའི་སྐྱ་དངོས་  
 པོའི་དབང་གིས་མི་འཇུག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །

གལ་ཏེ་ཟླ་བ་གཅིག་ལས་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས། རི་བོང་ཅན་ནི།  
 ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་རྟགས་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 མ་ངེས་པར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན། གྲགས་པ་མ་ཐུང་དག་ལ་ལོག་  
 པར་ཞུགས་པའི་གློ་ལ་བ་བརྟེན་པའི་སྒོ་ངོ་ལ་སྟོས་ནས་དེ་ལྟར་བཤད་ཅེ་  
 བ། གལ་ཏེ། རི་བོང་ཅན་ནི་ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་དཔེར་  
 བཞོད་པའི་རྟགས་སྟོར་གཅིག་སུ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཁོ་ན་ལ་གྲགས་  
 པས་གཞོད་པ་བསྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ནི་དེ་སྐད་བཤད་ན། ཟླ་བ་  
 གཅིག་ལས་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་



རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་པར་རིགས་ན་ཡང་། དེ་  
 ཉིད་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ནི་མིན་ཏེ། མདོ་ཚིག་འདིས་ནི།  
 རི་ལྟར་རི་བོང་ཅན་སྒྲ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་མ་ཡིན་པ་ལ་གྲགས་པས་གཞོད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ། ད་ཉེག་ཤིང་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་ཡིན་པ་ལ་ཡང་  
 གྲགས་པས་གཞོད་དོ་ཞེས་གྲགས་པས་གཞོད་པའི་མཆན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་  
 པའི་སྒྱིར་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་སྒྱིར་རོ། །

ཡང་ན། རི་བོང་ཅན་གྲགས་པའི་དབང་གིས་སྒྲ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་མི་  
 རུང་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡོད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་དང་། རི་བོང་ཅན་ལ་སྒྲ་བའི་སྐྱ་  
 དངོས་པོའི་དབང་གིས་འབྲུག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཡོད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་  
 གཉི་ག་ཡང་འགལ་རྟགས་ཡིན་གྱི། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པའི་རྟགས་  
 མ་ཡིན་པ་ལ། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་དག་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པར་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་བརྟགས་  
 པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་དེ་དག་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པར་འདོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཆན། བརྟགས་པའི་དགོས་པ། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་རྣམས་གང་ཡིན་ཞེ་  
 བ། གཞན་དུ་འདིར་ནི་གཞོད་པ་ཡིས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་  
 མ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པར་བཤད་པའི་དགོས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་ལ།  
 ཡང་ན་འདིག་རྟོག་བརྗོད་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་མ་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པར་བརྟགས་པའི་དགོས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་།

རི་བོང་ཅན་རྒྱར་མི་འདོད་པ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་བཤའ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་  
རིམ་པ་བཞིན། དེ་དག་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པར་འདོད་པའི་རྒྱ་  
མཚོན་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །

དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་ནི། དེ་དག་རང་རང་གི་དམ་བཅའི་བརྒྱུག་  
སྟེགས་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར། ལྷ་ཚོགས་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་  
རུང་། །ཞེས་པར་བཤའ་བྱེད་ཅིན་པས་འདིར་མ་བཤའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་། རྒྱ་བར་གྲགས་བྱེད་པ་གཅིག་ལས་མེད་པ། འདིར་ཡང་  
དྲི་ཡི་བསྟན་བཅོས་ལས། ག་ཤུར་ལ་རྒྱ་བ་དང་། ཁམས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་  
ལས། དངུས་ཚུལ་རྒྱ་བ་དང་། སྟན་དངགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལས། གཞོན་  
རུ་མའི་གདོང་སོགས་ལ་རྒྱ་བའི་སྐྱ་སྐྱར་བ་འདིག་ཉེན་ན་ནི་མཐོང་བའི་སྤྱིར།  
དེ་དག་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་སྟན་དངགས་མཁན་  
སོགས་ཀྱི་བཏན་ལས་རི་བོང་ཅན་ལས་གཞན་པ་ལ་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་  
དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་དེ་རི་བོང་ཅན་ཁོ་ན་ལ་ཐུན་མོང་མིན་པར་འཇུག་པ་ཉིད་  
ཀྱང་ཅི་ལྟར་འཐད་ཅེས་པའམ། ཡང་ན་རིགས་པའི་རྣམ་གངས་སུ་སྐྱར་ནས་  
ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་བའི་སྐྱ་དེ་རི་བོང་ཅན་ཁོ་ན་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་  
འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱང་ཅི་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱ་བའི་སྐྱ་དེ་བཏན་ལས་  
འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བཤའ་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་གྲུབ་ན། །ཞེས་སོགས་ལ་བཤད་པའི་ཚུལ་གསུམ་  
 དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སྟོ་ནི། སྐབས་འདིར། གལ་ཏེ་ལ་  
 ལར་དེ་གྲུབ་ན། །དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་ཡིན། །གྲགས་པས་གྲུབ་པར་  
 ཁས་ལེན་ནོ། །རི་བོང་ཅན་ལའང་བརྒྱུག་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་ལ་ནི་གྲུབ་པ་  
 དེ། ཞེས་སྟེལ་ནས་འཆད་ཅིང་། གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་གྲུབ་ན། །དེ་ནི་དངོས་  
 སྟོབས་ལས་གྲུབ་ཡིན། །གྲགས་གྲུབ་ཁས་ལེན་རི་བོང་ཅན། །མ་ཡིན་པ་  
 ལའང་བརྒྱུག་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་གཞུང་མེད་ལ། འདོད་ལ་གོགས་བྱེད་  
 མེད་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་པའི་མཇུག་ཏུ། གལ་ཏེ་ལ་ལར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཞོ་ལོ་  
 ཀ་མི་འདོན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་གི་འཆད་ཚུལ་འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་  
 དཔེ་མེད་ཅན། ཞེས་སྐས་པ་ལ། གལ་ཏེ་བརྟེན་སྟོན་པའི་དོར། ག་ཤུར་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་ལར་སྐྱ་བའི་སྐྱ་དེ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། རི་བོང་ཅན་གྲགས་པའི་  
 དབང་གིས་སྐྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་དུ་སྐྱབ་པའི་མ་ཐུན་དཔེ་མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། བརྟེན་སྟོན་པ་དེ་ནི་ག་ཤུར་སོགས་ལ་ཡང་སྐྱ་བའི་སྐྱ་དངོས་  
 སྟོབས་ལས་གྲུབ་པ་མིན་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། དེ་དག་ལ་གྲགས་པས་གྲུབ་  
 པར་ཁས་ལེན་ན་རི་བོང་ཅན་ལའང་། གྲགས་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་  
 བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཤད་ནས། དངོས་པོ་ལ་ནི་གྲུབ་པ་དེ། ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་གཞུང་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །

སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་གྲུང་གཞུང་གི་འདོན་ཚུལ་ལྟ་དབང་སྟོ་དང་

ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་། གྲགས་གྲུབ་ཁས་ལེན་རི་བོང་ཅན། །མ་ཡིན་པ་ལའང་  
བསྐྱོག་མེད་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོགས་བཅད་དང་ལྷག་པ་གང་ཡང་རྣམ་  
ངེས་ན་མེད་དོ། །སློབ་དཔོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་འདི་ཡིན་ཏེ། བརྟམས་  
འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ལ། །ཐུན་མོང་མིན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཅི། ཞེས་སྒྲས་པ་ལ།  
གལ་ཏེ་བརྟམ་དབང་གིས་འཇུག་པ་ལ། དོན་གཞན་ལ་ཡང་འཇུག་པའི་བྱ་  
བ་མེད་དེ། འཆད་པ་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲ་བརྟམ་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡིན་ཀྱང་།  
འཆད་པའི་བྱ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྒྲེས་བྱ་ལ་ལ་ཁོ་ནར་སྒྲ་དེ་གྲུབ་ཀྱི་གཞན་ལ་  
མི་འཇུག་པ་བཞིན་ཅེ་ན། བརྟམ་སློབ་པ་བྱོབ་ཀྱིས་འཆད་པ་པོའི་སྒྲ་དེ་ནི་བརྟམ་  
དབང་གིས་འཇུག་པར་འདོད་མི་རིགས་ཀྱི་འཆད་པ་པོའི་སྒྲེས་བྱ་ལ་སྒྲ་དེ་  
ཉིད་དངོས་པོའི་སྟོབས་ལས། གྲུབ་པ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། དེ་ཉིད་དེ་  
ལ་གྲགས་པས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ནོ། རི་བོང་ཅན་ལའང་ཟླ་བའི་སྒྲ་གྲགས་  
པའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཤད་ནས། དངོས་  
པོ་ལ་ནི་གྲུབ་པ་དེ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་  
དོ། །

སློབ་དཔོན་རྒྱན་མཁན་པོའི་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་རི་ལྟར་འདོན་པའི་  
ཚུལ་ནི། ད་ལྟ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་འགྱུར་གསར་ཀྱི་གཞུང་གི་གོ་རིམ་འདི་  
ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཀྱིས་འཆད་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར། འདིར་ཡང་ག་ཤུར་  
དངུལ་སོགས་ལ། །འདི་ག་ཉེན་ན་ནི་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་སྒྲས་པ་ལ། ཟླ་བ་  
གཅིག་ལས་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོ་གྱིས། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །



ཞེས་སོགས་གསུངས་པར་སྐྱབ་པའི་རིགས་སྒྲིའི་འགྲེལ་བྱེད་ན་རེ། གལ་ཏེ་ག་  
 བུར་ལ་སོགས་པ་ལ་ལར་རྩ་བའི་སྐྱ་དེ་གྲུབ་པ་ནི། སྒྲོས་སྒྲུབ་མཁན་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་དགར་སྐྱར་བ་ཡིན་ལ། རི་བོང་ཅན་ནི་རྩ་བ་ཞེས་  
 པའི་སྐྱ་འཇུག་ཏུ་རུང་བར་དངོས་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱིར། ག་བུར་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་རི་བོང་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་དུ་སྐྱབ་པའི་མ་ཐུན་དཔེར་མི་  
 འཐད་དོ། །ཞེ་ན་རི་བོང་ཅན་ལ་རྩ་བའི་སྐྱ་དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རི་བོང་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་དུ་དངོས་པོ་ལ་གནས་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན་རི་བོང་ཅན་ནི་རྩ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་  
 དེ་ཉིད། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་གྲགས་པས་གཞོད་པའི་དཔེར་གསུངས་པ་མི་  
 འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཉེས་པ་དེར་མ་གྱུར་ཅིག་སྟེ་མ་པའི་རི་བོང་ཅན་ལ་རྩ་བའི་སྐྱ་  
 གྲགས་པས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ན། རི་བོང་ཅན་མ་ཡིན་པ་ག་བུར་ལ་སོགས་  
 པ་ལའང་སྐྱ་དེ་གྲགས་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་བརྒྲོག་ཏུ་མེད་པའི་བྱིར། དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ལ་རྩ་བའི་སྐྱ་གྲགས་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པར་  
 མེད་པ་ལ་རི་བོང་ཅན་གཅིག་ཏུ་རྩ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་གང་ལ་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པར་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་དོ། །

གལ་ཏེ་ག་བུར་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི། གདུང་བ་སེལ་བ་དང་དཀར་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་དངོས་པོའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྩ་བའི་སྐྱ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་  
 རི་བོང་ཅན་ལ་རྩ་བའི་སྐྱ་གྲགས་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པར་སྐྱབ་པའི་

མ་ཐུན་དཔེར་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་རི་བོང་ཅན་ལའང་སྒྲ་བའི་སྒྲ་  
དངོས་པོའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་འཇུག་པ་བསྒྲེག་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཡང་  
གདུང་བ་སེལ་བ་དང་དཀར་བ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཅི་སྟེ་རི་བོང་ཅན་ལ་  
རྒྱ་མཚན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་མེད་ན་རི་བོང་ཅན་ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་འཇུག་པ་  
བསྒྲེག་གྱང་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོའི་རྒྱ་མཚན་  
གྱིས་འཇུག་དགོས་པའི་སྒྲ་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་མི་འཇུག་པ་ལ་སྒྲོན་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་གི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་  
པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་བར་ཅན་གྱི་སྒྲ་སོགས་འདོད་རྒྱལ་བའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་  
བའམ། བྱུང་གི་སྒྲ་རྣམ་ཏྲེ་ག་ལས་བྱུང་བའི་རྫོད་བྱེད་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་  
བརྫོད་དུ་རུང་བ་ནི་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དོན་གང་ལ་ཡང་  
འདོད་པས་བར་སྒྲོར་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
བརྫོད་རུང་དེས་གཞོན་ན་གྲགས་པས་གཞོན་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་  
ནོ། །

གལ་ཏེ་བར་སྒྲོད་པའི་ལུང་ལ་ཡང་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་ལ་ལར་སྒྲ་  
བའི་སྒྲ་དེ་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་ན། དེའི་ངོར་མ་ཐུན་དཔེ་མེད་པར་  
འཐད་ཅེ་ན། བར་སྒྲོད་པའི་ལུགས་ལ་ག་ཡུར་སོགས་ལ་ཡང་སྒྲ་བའི་སྒྲ་དེ་ནི་  
དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། དེ་དག་ལ་དེ་གྲགས་  
པས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ན། རི་བོང་ཅན་ལའང་། གྲགས་པའི་དབང་གིས་

འཇུག་པར་འདོད་དགོས་པ་བསྒྲིག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་བདུན་སྟོང་  
པའི་དོར་རི་བོང་ཅན་ལ་སྒྲ་སྒྲ་གྲགས་པའི་དབང་གིས་འཇུག་ཏུ་རུང་བར་  
སྒྲུབ་པའི་མ་ཐུན་དཔེ་མེད་པར་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན། གལ་ཏེ་དངོས་པོའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་ལ་  
ལར་སྒྲ་བའི་སྒྲ་དེ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་དེ་ནི་  
དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་སྒྲུར་བའི་ཆོ། སྒྲ་བའི་སྒྲ་  
ལས་དངོས་པོའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱིས་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉོགས་པ་  
ཡིན་ཀྱང་། དེ་དག་དེའི་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་དངོས་  
པོའི་སྟོབས་གྱིས་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། ཉོག་པས་གྲུབ་པར་ཁས་  
ལེན་ན། རི་བོང་ཅན་ལའང་བསྒྲིག་མེད་སྤྱིར། ཞེས་བཏོན་ནས་བརྗོད་བྱ་མ་  
ཡིན་ཡང་སྒྲ་བའི་སྒྲ་ལས་ཉོག་པས་ག་ཡུར་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་གྲུབ་  
པར་ཁས་ལེན་ན། རི་བོང་ཅན་ལའང་ཚུལ་དེ་བསྒྲིག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རི་བོང་  
ཅན་སྒྲ་བའི་སྒྲའི་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ཉིད་ཀྱང་རྒྱན་གྱི་བཤད་པའི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྒྲུབ་ནི། རི་སྐད་བཤད་པ་དེ་དག་གིས་ཅི་  
ཞིག་འགྲུབ་ཅེ་ན། མདོར་བསྒྲུས་ན། དེས་ན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲ་བ་ཞེས་པའི་སྒྲ་  
འཇུག་ཏུ་རུང་བ་ཉིད་དེ་འགོག་པ་ལ་དོན་གང་ལ་ཡང་འདོད་པའི་དབང་གིས་  
བདུན་སྟོང་བ་འགོག་ཏུ་མེད་པའི་སྟོབས་ལས་སྒྲེས་པའི་གྲགས་པ་ཞེས་བྱའི་

རྗེས་སུ་དཔག་པ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་གཞོད་པ་བྱེད་  
 བར་བསྟན་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་འདིས་ནི་བདུན་རྗེས་སུ་འཇུག་  
 པའི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་ལ་ནི་བརྗོད་བྱའི་དོན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
 ཡོད་པ་མིན་ཅོ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དེ་དག་རྣམས་དོན་སྐྱ་  
 ཚོགས་པ་དེར་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་འགོག་པ་ནི་ཆད་མ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པར་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེས་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱིས་སྐྱའི་དོན་  
 དམ་འདོད་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་ནི་དོན་དོན་དམ་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འགོག་པ་  
 ལ་གཞོད་པ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་གྲགས་པ་ལོགས་སུ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། གྲགས་  
 པའི་རྗེས་དཔག་གི་གཞལ་བྱ་བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ཅམ་  
 ཀྱིས་བཞག་པ་ཡིན་པ་དེས་ན། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་།  
 གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་ནི་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དུ། གྲགས་  
 པ་རྗེས་དཔག་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་  
 ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གཉིས་ཀ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་  
 བྱེད་པར་མེད་ན་ཡང་སེལ་བྱེད་ཆད་མའི་རྩ་བའི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་སྐྱབས་སུ་  
 མདོན་སུམ་ལྟར་རྗེས་དཔག་ཅེས་གཅིག་ཏུ་མ་བསྐྱས་པར་དེ་གཉིས་གངས་  
 འཛིན་རེ་རེ་ཐ་དད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མ་ཡིད་ཆེས་པའི་རྗེས་  
 དཔག་ཉིད་ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ལོགས་སུ་སྒྲོས་པ་བཞིན་ནོ། །

ལྷ་པ་ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པ་ལོགས་སུ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་དེ་དག་  
 སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པར་སྐྱབ་པ་ནི། ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་རྗེས་  
 དཔག་གཉིས་ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ། སེལ་བྱེད་ཆོད་མའི་རྩ་  
 བའི་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ན། ལོགས་སུ་སྒྲོས་པ་ཡིན་པར་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན།  
 ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་ཆོད་མ་གཉིས་ཀ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་ཀྱང་། སེལ་བྱེད་ཆོད་མའི་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ན། ཀུན་ལས་བརྟུས་གྱི་རྩ་  
 བར། རྗེས་དཔག་ཅེས་གཅིག་ཏུ་མ་བསྐྱུས་པར་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་དང་།  
 ཡིད་ཆེས་དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གསུམ་ག་གྲངས་འཇིན་རེ་རེ་ཐ་  
 དད་དུ་བཤད་པ་ལ་དེ་དག་གི་ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་གོ་བའི་དགོས་པས་ཡོད་  
 བར་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་དུ། ཀུན་ལས་བརྟུས་གྱི་འགྲེལ་པར་ཡིད་ཆེས་དང་  
 གྲགས་པས་གཞོད་པར་འདི་གཉིས་ནི་དམ་བཅས་པ་ཅམ་གྱིས་འགལ་བ་  
 ཡིན། ཅེས་པ་དང་སྐྱེལ་ས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་ན།  
 ཞེས་གཞོད་ཚུལ་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པར་རབ་ཏུ་བརྒྱུད་དེ། མདོན་སུམ་  
 དང་རྗེས་དཔག་གི་གཞོད་པ་ལ་གཞོད་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་མིན་པའི་  
 སྒྲིབ་ཏེ། དེའང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ནི་ལྷང་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་ཡུལ་  
 དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ནི་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་ཡུལ་ལ་  
 བསྒྲེག་སྒྲེགས་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ན། མདོན་སུམ་  
 དང་རྗེས་དཔག་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ལ་བསྒྲེག་སྒྲེགས་འགོག་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་ཡིན་པར་ཤུགས་ལ་གོ་བུས་པའི་སྒྲིབ།



བཞི་པ་མངོན་སུམ་གྱི་སེལ་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་མདོའི་  
 དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་ཅུང་ཟད་བཤའ་བ་ལ། བཤའ་པའི་སྐབས་དབྱེ་བ་དང་།  
 བཤའ་བ་དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་ཚུལ་སྟོན་པའི་  
 སྐབས་འདི་ལ་ཡང་། མདོའི་རྩ་བར། མངོན་སུམ་དོན་དང་ཞེས། དོན་སྟོས་པ་  
 དང་། བསལ་བྱའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྤང་གི་དཔེ་སྟོན་པ་ན། འབྲེལ་བར་སྐྱ་  
 མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་སྤྱི་སྟེང་དུ་མཉན་བྱ་བཀག་པ་དཔེར་  
 མཛད་པ་གཉིས་ཀྱི་དགོས་པ་རྟོགས་པ་དཀའ་བ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་བཤའ་  
 བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བཤའ་བ་དངོས་ལ། རྩ་བར་དོན་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤའ་  
 བ་དང་། འབྲེལ་བར་མཉན་བྱ་སྟོས་པའི་དངོས་པ་བཤའ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 སྐྱ་ནི་བྱས་མི་རྟག་སོགས་དུ་མའི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་གྲགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་  
 ཞིག་ཡིན་པ་སྐྱ་དང་བྱས་མི་རྟག་སོགས་ཐ་དད་པའི་ཆ་དེ་དག་དོན་དམ་པར་  
 མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱུང་ན། ཉན་ཤེས་ལ་སྐྱ་སྤང་བའི་ཆོ། སྐྱ་དང་སྤྱིའི་བྱས་མི་  
 རྟག་སོགས་སྐྱ་ཚོགས་སུ་ནི་སྤང་བའི་སྟོ་ཉན་ཤེས་ནི། རྩེས་དགོས་པ་ལ། དེ་  
 རྩེ་བ་མེད་པའི་བྱིར། དེས་ན། སྐྱ་དང་སྤྱིའི་བྱས་མི་རྟག་སོགས་གཉིས་སུ་  
 སྤང་བ་མེད་པའི་སྟོ་ནས་ཉན་ཤེས་ལ། སྤང་བར་གྱུར་པའི་སྐྱ་དང་དེའི་བྱས་  
 མི་རྟག་སོགས་དེ་དག་དོན་དམ་པར་བྱུང་པོ་ཞེས་རྟོགས་པའི་བྱིར་དུ་མངོན་  
 སུམ་དོན་དང་ཞེས་བཤའ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་བྱིར་ཉན་ཤེས་མ་འབྲུལ་བ་ལ་སྐྱ་དང་ཐ་དད་དུ་སྤང་བ་མེད་པའི་

སྒྲོ་ནས་སྐྱ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྐྱའི་ཆོས་འདི་ཉིད་ནི་སྐྱར་ལ་མེད་  
 རོ་ཞེས་སྒྲོང་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་སྐྱའི་ངོ་བོར་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་འགྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་བྱས་མི་རྟག་སོགས་སྐྱའི་ངོ་  
 བོ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྐྱ་དེ་ལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་ལྷག་མ་  
 ལྷོག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་བྱས་མི་རྟག་གི་ཐ་དད་དེ་ཆོས་ཅན། དབང་  
 ཞེས་མ་འབྲུལ་པའི་དངོས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་དམ་མིན་ཏེ།  
 དངོས་མེད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྦྱི་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར།

གཉིས་པ་འགྲེལ་པར་མཉན་བྱ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། གལ་  
 ཏེ་མངོན་སུམ་གྱི་བསལ་བ་འཆད་པའི་སྐྱབས་སུ་སྐྱར་མེད་རོ་ཞེས་དཔེར་  
 སྒྲོས་པས་ཆོག་མོད། སྐྱ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་  
 ཡོད་ཅེ་ན། རི་སྐད་བཤད་པས་དེས་ནས་རྟག་པས་བཏགས་པའི་ལྷོག་པ་དེ་  
 དག་སོགས་ཀྱི་སྦྱའི་ཆོས་རྣམས་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་དངོས་ཡུལ་མིན་པར་  
 གྲུབ་པའི་བྱིར་ན། དེ་དག་སྐྱ་ལ་མེད་རོ་ཞེས་སྒྲོང་ཡང་མངོན་སུམ་གྱིས་  
 གཞོན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། སྐྱའི་ངོ་བོར་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་སྐྱ་  
 ལ་སྒྲོང་ན། མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐྱ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་པའི་མཉན་བྱ་སྒྲོས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན། དོན་དེ་དག་ནི་སྐྱའི་ཆོས་རང་མཆོན་མེད་དོ། །ཞེས་པ་དཔེར་  
 སྒྲོས་པས་ཀྱང་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐྱའི་ཆོས་སུ་  
 གྱུར་པའི་རང་མཆོན་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་སྐྱ་ལ་སྐྱངས་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་

བསལ་བར་འགྱུར་བས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། མི་རྟག་པ་དེ་ཉིད་སྐྱའི་ཆོས་སུ་  
 གྱུར་པའི་རང་མཚན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཉིད་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྐྱེ་ལ་མངོན་སུམ་  
 གྱིས་གྲུབ་པས་ཁྲབ་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་མིན་པའི་བྱིར། དེས་  
 བ་སྐྱེ་རྟག་པ་ནི་རྗེས་དཔག་ཚད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་སྟེ། ཚུལ་འདི་ནི་ཁོ་པོ་འབའ་ཞིག་གིས་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི།  
 གོང་དུ་རྗོད་བྱེད་གྱི་སྐྱེ་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འདུག་ཏུ་རུང་བར་བསྐྱབས་ཟིན་  
 པའི་དེ་མ་ཐག་འདིར་རང་མཚན་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྐྱའི་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །ཞེས་སྐྱེ་བའི་མགྱོན་བཟང་དག་གིས་ང་རོ་རྗེ་ཙམ་ཞིག་བསྐྱགས་ཀྱང་  
 མཁས་པ་དག་གི་རྣམ་པ་མགྱུ་བར་བྱེད་པར་མ་ཡིན་ནོ། །

མཉན་བྱ་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་སྐྱེ་མཉན་  
 བྱ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཚད་མ་ངོས་ཟིན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་ཏེ། སྐྱེ་  
 ལ་མཉན་བྱ་ཉན་ཤེས་གྱིས་གྲུབ་པས་མཉན་བྱ་སྐྱེ་དེ་ལ། བྱེད་ཆོས་སུ་བརྟེན་  
 པ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐྱེ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་གྱི་  
 ཚད་མ་ངོས་ཟིན་པའི་དགོས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། སྐྱེ་མཉན་བྱ་ཡིན་པ་དེ་ཉན་  
 ཤེས་གྱིས་གྲུབ་པ་དེའི་སྟོབས་གྱིས། སྐྱེ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་པའི་  
 བྱིར། དེས་ན་དགོས་པ་དེ་དག་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ། མཉན་བྱའི་སྐྱས་དབང་  
 པོའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

ངག་དོན་ནི། མངོན་སུམ་གྱི་བསལ་བའི་དཔེར་བརྗོད་སྟོན་པ་ན། སྐྱེ་  
 མཉན་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོས་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྐྱེ་མཉན་བྱ་

ཡིན་པར་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེས་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
གཞོན་པར་ཤེས་པའི་བྱིར་དུ་སྟོས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ན། དེས་ན། ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོས་པ་དང་། འདིས་ཡོངས་གཙོད་ཀྱི་དགོས་  
པ་བསྟན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ལྷ་པ་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པའི་མདོ་ཆོག་གི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་  
བཤད་པ་ལ། ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་དགོས་པ་དངོས་བཤད་པ། བསལ་བྱ་ལོག  
རྟོག་དེ་དཔེར་བརྗོད་ནས་དགག་པ། རང་གི་གཏན་ཆོག་སྟོན་ཅན་དུ་བལ་  
བའི་སྟོན་སྤང་བ། དགོས་པ་བསྟན་པའི་དོན་བསྟུ་བ། ཞར་ལ་བྱུང་བར་མ་  
བྱུང་བ་སོགས་སྟོགས་སྟོན་དུ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་དང་ལྷ། དང་  
པོ་ནི། གལ་ཏེ་མདོན་སྤུམ་ལ་སོགས་པས་མ་བསལ་བ་ཞེས་སྟོས་པས་ཆོག་  
མོད། རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ཅོད་པའི་དུས་  
ཀུན་དུ་གྲོལ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པའི་ཆོས་གང་ཡིན་པའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དེ་དག་གང་ལ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་ཀྱིས་ལྟན་པའི་རྟེན་གཞི་  
ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་ན་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་གྱི་འབྲེལ་  
མེད་ཀྱི་ཆོས་གཞན་གྱི་ནི་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་པས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
གཞོན་པར་མིན་པར་ཤེས་པའི་བྱིར་དུ། རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་པས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་མི་  
གཞོན་དེ། སྐབས་གཞན་དུ་ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་ནི་གཞོན་གྱང་། དེའི་རྒྱ་  
མཚན་ཀྱིས་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བཀག་སྟེ་གཞོན་པར་མི་



འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཤམ་ཏེ་འབྲེལ་མེད་གཞན་ལ་གཞོན་པས། སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་མི་  
གཞོན་པར་ཞེས་པའི་དོན་དུ་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆེ། རང་ཉིད་  
འདོད་པ་ཞེས་སྟོས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འདིར་དེའི་དོན་དུ་རང་རྟོན་ལ་སྟོས་པ་  
དགོས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དོན་འདི་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྟོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆོས་ཅན་སྟོས་པས་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟོན་  
གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་ནི་གཞོན་པས་གྱང་། སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
གཞོན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ནི་གྲུབ་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དགོས་པ་  
བྱུང་པར་བ་ཡོད་པས་སྟོན་མེད་དོ། །

བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་ན།  
 སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་དགོས་ཏེ། རྟེན་ནི་འགལ་བར་གྱུར་པ་ཡིས། དེ་  
 བརྟེན་པ་ནི་འགལ་བ་སྟེ་རྟེན་གཞི་ཆད་མས་ཁེགས་ནས་བརྟེན་ཆོས་ཆད་  
 མས་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་དོན་དུ་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་དོན་དུ་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་ལས་གཞན་དུ་མ་སྟོས་  
 བ། གོལ་བས་འདོད་ཡུལ་བྱས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཅན་ཀྱི་ཆོས་ཞིག་སྐབས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཞེས་ཐོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ན། དེས་  
 འབྱུང་གཞི་བྱས་ནས་གོལ་བའི་འདོད་ཡུལ་ཀྱི་ཆོས་ལ་གཞོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་པས་སྐབས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་དུ་སེམས་པར་འགྱུར་བ་དེས་ན་



རང་གི་ཆོས་ཅན་སྟོས་སོ། །ཞེས་པའམ། ཡང་ན་དེ་ལྟར་སྟོས་པ་ལས་གཞན་  
 དུ་མ་སྟོས་ན། ཆོས་ཅན་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་པ་དོན་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ། ཆོག་པ་དོན་དེ་ལ་གཞོན་པ་ཉིད་ཁོ་  
 རས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་པར་སེམས་པ་དེས་ན་དེ་བཞེད་ག་  
 པའི་དོན་དུ་རང་གི་ཆོས་ཅན་སྟོས་སོ། །

དེ་ལ་འདིར། རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཆོས་གང་ལ་བརྟེན་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་རྟེན་ཆོས་ཅན་ཆད་མས་ཁེགས་ན།  
 དེ་ལ་བརྟེན་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་ཆད་མས་ཁེགས་པས་དམ་བཅའ་  
 ཆད་མས་བསལ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིབ་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་ཆད་མས་  
 ཁེགས་པ་ཅམ་གྱི་དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་གངས་ཅན་པའི་དོར། སྒྲིབ་མི་རྟག་སྐྱབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་  
 བཞོན་པ་ལྟ་བུའི་ཆེ་ན། སྒྲིབ་མི་རྟག་པ་བརྟེན་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས།  
 དེའི་ཆེ་སྒྲིབ་ཆད་མས་ཁེགས་ན། སྒྲིབ་མི་རྟག་པ་བརྟེན་པ་ཡང་ཁེགས་པའི་  
 སྒྲིབ། དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། དངོས་པོར་  
 གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་རྟག་རྣམས་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ནི། དངོས་པོར་  
 གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་རྟག་རྣམས་ཡིན་པ་རྣམས་པར་བཅད་ཅམ་ཉིད་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 གྱི། དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ལ་རྟག་རྣམས་བརྟེན་པར་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་  
 པས་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ནི། དེའི་ཆེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་  
 རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པ་ཅམ་

ཡིན་ལ། དེའི་སྤྱིར་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ཆད་མས་བཀག་པ་ཉིད་  
དེ་རྟག་རྣམས་ཡིན་པ་རྣམས་པར་གཅོད་པའི་སྟོགས་སུ་འགྱུར་བས། དེ་ཆད་  
མས་བཀག་ན། དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དམ་བཅའ་ཆད་  
མས་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།།

དེས་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ཆད་  
མས་བཀག་པས། དམ་བཅའ་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་འབའ་  
ཞིག་པ་ཅམ་ཆད་མས་བཀག་ཀྱང་དམ་བཅའ་བསལ་བའི་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་དང་།  
ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པའི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་ཡང་། ཆོས་  
ཅན་ལའོ་ཞེས་མ་སྟོས་པར་རང་རྟེན་ལའོ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་འདི་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི། ཅི་སྟེ་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་བཀག་པས་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་འདི་ཡང་འདོད་ཡུལ་བསྐྱབ་བྱར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་  
གཞོད་ན་དམ་བཅའ་སྟོན་དུ་བསྟན་པའི་དོན་གྱིས་གྲུབ་པ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་  
ཉིད་བདེན་མོད། འོན་ཀྱང་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་ལ་ནི། དགོས་པ་གཞན་  
ཡང་ཡོད་དེ་འགའ་ཞིག་ཆོས་ཅན་ནི་འབའ་ཞིག་པ་བཀག་པ་ལ་ཡང་ནི་  
སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དང་ལྡན་པར་ཁས་ལེན་རྟོ། ། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ལོག་རྟོག་  
དགག་པར་བཞེད་ནས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་སྐབས་ཀྱི་  
ཆོས་ཅན་ལ་གཞོད་ན། དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་གྱི།  
སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཡང་། ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པར་གྱུར་པ་དག་ཆད་

མས་བཀག་པས་སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་སྟེར་དུ་ཡང་རང་རྟོན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་པའི་སྟེར་རོ། །

གཉིས་པ་བསལ་བྱ་ལོག་རྟོག་དེ་དཔེར་བརྗོད་ནས་བཀག་པ་ནི།  
འགའ་ཞིག་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་དཔེ་རིམ་སྟབས་ཞེས། དེ་ཡང་དཔེར་ན་བྱེ་བྲག་  
པ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་རྟག་རྩིས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་  
པའི་ཡོན་ཏན་དོན་གཞན་དུ་འདོད་པ་ལ། སངས་རྒྱས་པས། དངོས་པོར་གྱུར་  
པའི་ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན། ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་གཞན་དག་གིས་སྟོན་  
མེད་པའི་རང་བཞིན་གསར་དུ་བསྐྱེད་དུ་མེད་པའི་སྟོན་ས་རང་གི་ཡོན་ཏན་  
སྐྱ་ལ་སོགས་པ་འསྟོད་པ་འདུ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་རྟག་རྩིས་མིན་ཏེ། རང་གི་  
ཡོན་ཏན་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མིན་པའི་སྟེར།  
ཞེས་བཤད་པ་ལ། བྱེ་བྲག་པས་སྟུན་འབྲེན་པར་བྱེད་པ་བྱེད་སངས་རྒྱས་  
པའི་རྟགས་དེས་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་རྟག་པའི་རྩིས་ཡིན་པ་  
བཀག་པ་དེ་བཞིན་དུ། ནམ་མཁའ་སོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འང་དངོས་མེད་  
དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས། དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་བཀག་པའི་སྟེར་  
རྟགས་ཆོས་ཅན་འགོག་པའི་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་  
ནོ། །

དེའང་སྟུན་འབྲེན་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། ཤེས་བྱ་ཆོས་  
ཅན། དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་ཆེ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ཆད་མས་  
བཀག་པས། འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་པ་འགའ་ཡང་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་

པར་ཐལ། དངོས་གྲུར་གྱི་ནམ་མཁའ་ཚད་མས་བཀག་ན། དེ་རྟག་རྫས་ཀྱིས་  
 ལྷོང་བ་ཚད་མས་གྲུབ་དགོས་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་གཞི་མ་གྲུབ་  
 བ། དེ་དངོས་པོས་ལྷོང་བ་ཚད་མས་གྲུབ་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན། གཞི་གྲུབ་པས་བྱུང་པར་འདོད་པ་དག་  
 གིས་ནི། རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགོས་པ་སྟོན་  
 པའི་གཞུང་གི་ཆོགས་འདི་དག་དང་། ཁོ་བོ་ཅག་པན་ཚུན་བསྐྱལ་བར་གྲུར་  
 ཏོ་ཞེས་པའི་ཆེ་དེས་སྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་སྟོས་པ་འདི་ས་ནི་སྐྱས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་  
 མི་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱ་གཉིས་ཀ་གྲངས་ཅན་  
 པའི་ངོ་བོར་བསྐྱབ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀ་པན་  
 ཚུན་རྟེན་དང་བརྟེན་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྟོན་ས་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 དེའི་ཆེ་རྟེན་ཆོས་ཅན་གང་ལ་ཚད་མས་གཞོད་ན། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱང་ཚད་མས་འགོག་དགོས་པས་སྐབས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་  
 ལ་ཚད་མས་གཞོད་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར། ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ཞིང་། པན་ཚུན་  
 རྟེན་དང་བརྟེན་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོགས་དོན་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། དེའི་ཆོས་ཅན་བཀག་པས་བསྐྱབ་བྱ་བཀག་པར་འགྱུར་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་ཉིད་དུ་ཆོས་ཅན་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཞེས་པའོ། །ཡང་ན་དེའི་ཆེ་ཆོས་ཀྱིས་བྱུང་པར་བྱས་པ་དེ་ལྟ་ཉིད་དུ་  
 ཆོས་ཅན་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བཤད་པར་བྱ་ཞིང་། མི་

རྟག་པས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པར་སྐྱབས་བྱ་ཡིན་ཡང་།      སྐྱབས་བྱུང་བྱར་  
འགྱུར་མི་དགོས་སོ། །

སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཡང་།      ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པ་ཙམ་བཀག་  
པས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབས་བྱའི་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་མིན་ཏེ།      དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྐབས་  
ཀྱི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཡང་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབས་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་རང་གི་གཏན་ཆིགས་སྟོན་ཅན་དུ་ཐལ་བའི་སྟོན་སྤང་བ་ནི།  
གལ་ཏེ་བསྐྱབས་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་བཀག་པས།      སྐབས་  
ཀྱི་བསྐྱབས་བྱ་ལ་གཞོན་པ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན།      སངས་རྒྱས་པས་གངས་ཅན་ལ་  
བཀོད་པའི་སྟོར་བ་འདིར་ཡང་།      ཆོས་ཅན་བཀག་པའི་སྟོན་སྤང་བཅའ་ལ་  
གཞོན་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་ཏེ།      འདི་ལྟར།      གངས་ཅན་པ།      བདེ་བ་དང་།      རྒྱལ་  
བསྐྱེད་དང་།      གཏི་ལུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་དུ་འབྲེས་པར་གྱུར་པའི་གཙུག་པོ་སྐྱ་  
སོགས་ནམ་འགྱུར་ནམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལ།      སངས་རྒྱས་པས་  
བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པར་  
རུས་པ་མིན་པའི་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ།      ཅིག་ཅར་སྐྱ་སོགས་ཀུན་གྱི་རྒྱ་མིན་  
པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བཀོད་པ།      འདི་ནི་རྟགས་ཀྱི་སྐྱ་རིས་ཙམ་ཡིན་ཞིང་།  
དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།      བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ།      རིམ་གྱིས་  
དོན་བྱེད་པའི་ཕྱིར།      ཞེས་པའོ། །

འདི་ལ་ཡང་གཞན་དག་དོན་བྱེད་རུས་སྟོང་རྟགས་ཀྱི་དོན་དུ་



བསམས་ནས་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་རྒྱོལ་ཏེ། འདི་ལྟར་འབྲས་བུའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་ཞེས་པའི་རྟགས་དེས་ཆོས་ཅན་བདེ་སོགས་བཀག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་འགོག་པའི་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའོ། །

དེའི་ལན་ནི། གཤམ་ཏེ་ཅིག་ཅར་སྐྱ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
ཞེས་བཀོད་པ་འདི་ལ་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་དོན་ནི་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་བ་ཡིན་  
པར་ངས་ན་དེའི་ཆོ། རྟགས་ཆོས་ཅན་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ན་  
ཡང་། རིམ་བཞིན་དོན་བྱེད་པ་རྟགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་དང་མི་རྟག་པའི་  
བདེ་སོགས་ཉིད་འགལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རྟགས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་བཀག་པའི་  
སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །

འོན་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིག་ཅར་སྐྱ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
ཞེས་པའི་སྐྱ་རིས་འདི་ཉིད་རྟགས་སུ་ཁས་མི་ལེན་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཅིག་ཅར་སྐྱ་  
སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་བདེ་སོགས་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་  
པ་འདི་ནི་ལྷག་ལྷན་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་འདོད་རིགས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་  
གྲུབ་ཅིང་། མཐུན་སྤྱོད་ལ་མཐོང་ཡང་། མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་བསྐྱོད་པ་  
ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བས་ནའོ། །

ཡང་ན། དེད་ཀྱིས་གངས་ཅན་འགོག་པའི་སྤྱིར་དུ་བཀོད་པའི་གཏན་  
ཆེགས་འདི་ལ་སོང་ཆོད་དང་། སྐྱ་རིས་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། སོང་ཆོད་ཀྱི་  
དབང་དུ་བྱས་ན། རིམ་བཞིན་དོན་བྱེད་པ་བདེ་སོགས་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
རྟགས་སུ་སོང་བ་ཡིན་པས་རྟགས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་བཀག་པའི་སྟོན་སྐྱབ་

བྱ་འགོག་པའི་འགལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྟོན་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་  
ནས། འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་ཞེས་པའི་བར་རོ། །སྐྱེ་རིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན།  
ཅིག་ཅར་སྐྱ་སོགས་འབྲས་བུ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་མིན་པ་ཉིད་བདེ་སོགས་རྟག་པ་  
མིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་རྟགས་ཀྱི་སྐྱེ་རིས་ཙམ་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ཅིང་དེ་ནི་ལྷག་  
ལྷན་གྱི་རྟགས་ཡིན་གྱི་ཆོས་ཅན་འགོག་པའི་འགལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
སྟོན་པ་ནི། མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཞེས་སོགས་སོ། །

དེས་ན་སྐྱེ་རིས་དང་སོང་ཆོད་དེ་གཉིས་ཡིན་གྱི། རོན་བྱེད་རུས་སྟོང་  
སྐྱེ་རིས་དང་སོང་ཆོད་གང་ལ་ཡང་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རོན་བྱེད་རུས་སྟོང་གི་རྟགས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་བདེ་སོགས་འགོག་པའི་སྐྱོན་ས་  
རྟགས་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་ཁྲན་ཀའི་གནས་མེད་དོ། །ཞེས་  
བཤད་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་རིམ་བཞིན་རོན་བྱེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་བདེ་སོགས་  
རྟག་རྒྱས་མིན་པར་སྐྱབ་པ་ལྷག་ལྷན་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་སྒྲུབ་བ་དང་། རིམ་  
བཞིན་རོན་བྱེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་མི་རྟག་པའི་བདེ་སོགས་དངོས་མེད་དུ་  
སྐྱབ་པ་ལྷག་ལྷན་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་སྒྲུབ་བ་སྒྲུབ་མོད། གཏན་ཆོགས་ཡང་  
དག་ལྷག་ལྷན་དང་། །གཞན་དག་སྟོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པ། །ལྷག་ལྷན་ཡིན་  
པར་འདོད་པ་གང་། །གཉི་གའང་འཇིག་རྟེན་འདས་ལུགས་ཡིན། །ཡང་གཞན་  
དག་ཅིག་ཅར་སྐྱ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་བདེ་སོགས་དངོས་མེད་དུ་བསྐྱབ་  
པའི་ལྷག་ལྷན་དུ་འདོད། ཅེས་སྒྲུབ་བའང་འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་དོ། །

བཞི་པ་དགོས་པ་བསྟན་པའི་རོན་བསྐྱབ་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་

རང་ཉིད་གི་འདོད་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་ཚས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
པ་དེའི་སྒྲིབ། ཚས་དེའི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཚས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་ནི།  
སྐབས་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་གྱི། ཚས་ཅན་འབང་ཞིག་པ་ཉིད་དམ་  
ཚས་གཞན་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཚས་ཅན་ལ་གཞོད་པས་སྐབས་གི་བསྐྱབ་  
བྱ་ལ་གཞོད་པ་མིན་ནོ་ཞེས་པ་འདི་རང་རྟེན་ལ་ཞེས་པས་བསྟན་ཏོ། །

དེས་ན་སྟོགས་གི་མཚན་ཉིད་གི་ཟུར་དུ་སྟོས་པའི་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་  
རྒྱ་ཡིས་འབྲེལ་མེད་གི་ཚས་གཞན་ལ་གཞོད་པས་སྐབས་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
གཞོད་པ་མིན་ནོ་ཞེས་འབྲེལ་ལ་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་ཚས་ཅན་  
སྟོས་པའི་འབྲེལ་གིས་འབྲེལ་མེད་གི་ཚས་ཅན་གཞན་ལ་འབང་གཞོད་པས་  
སྐབས་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྲེལ་ལ་བརྗོད་དོ་ཞེས་  
ཞེས་པར་བྱའོ།

ལྷ་པ་ཞར་ལ་བྱད་པར་མ་གྲུབ་པ་སོགས་སྟོགས་སྟོན་དུ་མི་སྟོན་པའི་  
རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་ནི། གལ་ཏེ་བྱད་པར་མ་གྲུབ་པ་དང་། བྱད་པར་ཅན་མ་  
གྲུབ་པ་དང་། གཉི་ག་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོགས་ལྟར་སྒྲུབ་གཞན་ཡང་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་དག་གྲང་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུབ་གི་དཔེ་བརྗོད་པའི་  
སྐབས་འདིར། ཅིའི་སྒྲིབ་མ་བརྗོད་ཅེ་ན། དེ་ལ་བྱད་པར་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ནི།  
དཔེར་ན་བདག་ནི་བྱབ་པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བྱད་པར་མ་གྲུབ་པ་ནི།  
གྲངས་ཅན་ལ་སྒྲུབ་འཇུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་ནི།  
བདག་ནི་འདུ་བ་ཅན་གི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་དགའ་བྱེད་

བདག་པོ་ལ་སོགས་པས་སྦྲས་སོ། །དེ་ལ་བདག་ཁྱབ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཅི་ཡོད། ཅིའི་ཕྱིར། བྱད་པར་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་ཞེས་  
 ཟེས་པས། བདག་ནི་བྱད་པར་ཅན་དང་ཁྱབ་པ་ཉིད་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཡིན་  
 ཞིང་། འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་དོར་དམ་བཅས་པ་ན། བྱད་པར་ཅན་བདག་  
 དེ་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་དོར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། བྱད་པར་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་  
 བྱ་ཞིང་། དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་དོར་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར་རྟགས་གང་བཞོད་ཀྱང་།  
 ཉེན་ཆོས་ཅན་མེད་པའི་སྒྲིན་ས་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 ཕྱོགས་སྒྲིན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཡིན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 སྒྲིན་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྦྲ་འཛིག་གོ་ཞེས་པ་འདིར། བྱད་པར་གྱི་ཆོས་འཛིག་པ་  
 དེ་ཉིད་གང་ལ་མ་གྲུབ་པས་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། གངས་ཅན་གྱི་  
 དོར་སྦྲ་འཛིག་གོ་ཞེས་དམ་བཅས་པའི་ཆེ་ན། གངས་ཅན་གྱིས་འཛིག་པ་དེ་  
 ཉིད་སྦྲ་ལ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། གངས་ཅན་གྱིས་སྦྲ་འཛིག་པར་མ་གྲུབ་པ་  
 དེ་ཉིད། སྦྲ་འཛིག་པ་གངས་ཅན་གྱི་དོར་བསྦྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཤད་ཅིན་ཏོ། །བདག་  
 ནི་འདུ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་རོ། །

གལ་ཏེ་བྱད་པར་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། ཕྱོགས་འགྲུབ་པ་ལ་གཞོད་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན། སྦྱབ་བྱེད་  
 ཀྱི་སྒྲིན་འགལ་མ་ངེས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་

སྐྱོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོགས་ཉིད་འགྲུབ་པ་ལ་ནི་གཞོན་  
པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིབ་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་། དམ་བཅའ་བ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱོན་གང་ཡིན་པ་  
དེ་སྟོགས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་སྤྱི་མ་དཔེ་རྟགས་ལ་སྟོས་  
པའི་སྐྱོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དཔེ་རྟགས་དེ་ཉིད་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྐྱོན་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲར་བ་ཤད་ཟེན་ཅིང་། དེའི་སྒྲིབ་རྟེན་ཆོས་ཙམ་མེད་ནས་སྟོགས་  
ཆོས་མ་གྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་མིན་ནོ། །

དུག་པ་ཆོས་ཙམ་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞོན་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་རྟགས་ཀྱི་  
གཞོན་ཚུལ་ཤུགས་ལ་རྟགས་དགོས་པར་གསུངས་པའི་མདོའི་དོན་བཤད་  
པ་ལ། བཤད་བྱའི་མདོ་དགོད་པ་དང་། དེ་རི་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་གཉིས།  
དང་པོ་ནི་ཆད་མ་མདོའི་རྩ་བར། མདོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །  
ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟེན་ལའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་རང་འབྲེལ་དུ།  
མདོན་སུམ་སོགས་བཞེས་བསལ་བའི་དཔེ་སྟོན་པ་ན། གཞན་དུ་ནི། དཔེར་  
ན། སྐྱ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རི་བོང་ཙམ་ནི་ལྷ་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཡོད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པའི་བར་དུ་གསུངས་ནས།  
དེ་ནས། འདི་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་འགལ་བ་སེལ་བའི་སྒྲོ་ཙམ་  
ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། སྟོགས་འདིས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཙམ་ཀྱི་བྱུང་པར་  
དང་རང་གི་ངོ་བོ་སེལ་བར་བྱེད་པ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཡན་ལག་  
རྟགས་ལས། ཡན་ལག་ཙམ་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། སྤང་དམའ་བའི་བྱུང་པར་མི་



འདྲིན་པའི་སྒྱུར་རོ། །ཡན་ལག་ཅན་ནི་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་  
 ཏེ། མདོན་སྐྱམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྱུར་རོ། །རྫས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཡོན་ཏན་དང་རྫས་དང་རྫས་དག་རྫས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྱུར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། དག་དང་དག་གི་བདག་ཉིད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཉིད་  
 དུ་དག་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྟུན་པ་ཉིད་ཡིན་ན། གཤམ་ཏེ་དག་དང་  
 བརྟུན་པ་དག །ཐམས་ཅད་དུ་སེལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་ན་གཉི་ག་ཡི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་རོ། །ཅི་སྟེ་དག་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བརྟུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 སེལ་བ་དེ་ལྟ་ན། གཉི་གའི་བྱེད་པར་སེལ་བ་ཡིན་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །

གཉིས་པ་དེ་རི་ལྟར་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ། སྤྱི་དོན་དང་། གཞུང་དོན་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་སློབ་དཔོན་གྱིས། ཀུན་ལས་བདུས་ཀྱི་ཅ་བར།  
 མདོན་སྐྱམ་སོགས་ཀྱིས་མ་བསལ་བ་དམ་བཅའ་ཡང་དག་ལ་དགོས་པར་  
 དངོས་སུ་བརྟུན་ཅིང་། དེའི་བསྐྱོག་སྤྱོགས་མདོན་སྐྱམ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་  
 པའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྤྲང་ལ། ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མདོན་སྐྱམ་སོགས་  
 ཀྱིས་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་མདོན་སྐྱམ་སོགས་  
 ཀྱིས་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་དང་། ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་མདོན་སྐྱམ་སོགས་  
 ཀྱིས་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་དང་། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་ལ་མདོན་སྐྱམ་  
 སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་དང་། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀའི་ངོ་  
 བོ་དང་བྱེད་པར་གཉིས་ཀ་ལ་མདོན་སྐྱམ་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་

རྣམས་སྤྱོད་པ་ལས། གྲུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དུས་ཆོས་ཀྱི་རང་  
གི་ངོ་བོ་ལ་གཞི་དཔེ་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་དཔེ་འཆད་པ་ན། མདོན་སྤྱོད་  
དང་། དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་དང་། ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པས་  
གཞི་དཔེ་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་དཔེ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་དངོས་སྤྱོད་  
ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞི་དཔེ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་པ་ན་དམ་བཅའ་དེ་  
དག་ལ་མདོན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་གཞི་དཔེ་ཆུ་ལ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་མ་གསུངས་  
པར། མདོར་བསྟུས་ཏེ་གསུངས་ལ་དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མདོན་  
སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་གཞི་དཔེ་ཆུ་ལ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་དངོས་སྤྱོད་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་  
ཀྱིས་མཆོན་ནས་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་མདོན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་གཞི་དཔེ་ཆུ་ལ་  
ཉོགས་དགོས་པར་སྟོན་པ་ནི། འདི་ཡང་ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་འགལ་བ་  
སེལ་བའི་སྒྲོ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ལ་སྟོགས་འདིས་ནི། ཆོས་དང་ཆོས་  
ཅན་ཀྱི་བྱུང་པར་རང་རང་གི་ངོ་བོ་སེལ་བར་བྱེད་པ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན། རང་འགྲེལ་དུ། ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞི་དཔེ་སོགས་ཀྱི་དམ་  
བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་ལ་མདོན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་གཞི་དཔེ་ཆུ་ལ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་རྒྱས་  
པར་མ་བསྟན་ཀྱང་། མདོར་བསྟུས་པའི་ཆུ་ལ་ཀྱིས་བསྟན་ཅིང་། ཇི་ལྟར་  
བསྟན་ན། ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞི་དཔེ་ཆུ་ལ་ནི། དཔེར་ན་ཡན་ལག་  
རྣམས་ལས་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་མ་ཡིན་སྟེ། སྤང་དམའ་བའི་བྱུང་པར་མི་  
འདྲིན་པའི་བྱེད་པོ། ཞེས་པས་བསྟན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་

གཞོན་པའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་གཞོན་བྱེད་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་གཞོན་  
བྱེད་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་ནི་ཤུགས་ལ་འཕངས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྒྲ་ཏྲག་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པའི་བྱིར། ཞེས་གཞོན་བྱེད་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ན་སྒྲ་ཏྲག་  
པ་གཞོན་བྱར་ཤུགས་ལ་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་ནི། ཡན་ལག་རྣམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་  
ཏེ། མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་  
ཅན་གྱི་བྱེད་པར་ལ་གཞོན་པ་དང་། རྩལ་ནི་མེད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་  
ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་གཞོན་པའི་གཞོན་ཚུལ་དངོས་སུ་སྟོན་ནས། གཞོན་བྱེད་  
དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་ཤུགས་ལ་འཕངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ངག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་པས། ཆོས་དང་  
ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་པར་གཉིས་ཀ་ལ་གཞོན་པའི་དམ་བཅའ་ལྟར་  
སྒྲུང་གི་དཔེ་དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་། ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ངག་དང་ངག་གི་བདག་  
ཉིད་ཅེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་གཞོན་ཚུལ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རྗེ་ཀ་བྱེད་གང་དག་ཀྱན་ལས་བདུས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་  
གཞོན་པ་སོགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་དཔེ་མ་བསྟན་ཞེས་སྒྲ་བ་དང་།  
དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་དེ་དག་གི་གཞོན་ཚུལ་མ་བསྟན་ཞེས་སྒྲ་བ་གཉིས་ཀ་  
ཡང་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་མང་དུ་མ་ཐོས་ཤིང་། མདོ་རྩ་འགྲེལ་མ་  
མཐོང་བཞིན་དུ་རང་དགར་སྒྲས་པས་རང་ཉིད་སྟེན་པར་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །

ད་ནི་དམ་བཅའ་དེ་དག་ལ་མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་གནོད་  
 པའི་ཚུལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་། ཚོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མངོན་སུམ་  
 སོགས་ཀྱིས་གནོད་ཚུལ་ནི་རྒྱས་པར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། དེ་བས་ན་  
 འདིར་དམ་བཅའ་ལྟག་མ་དག་ལ་གནོད་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་བཞི་ལས།  
 དང་པོ་ཚོས་ཀྱི་བྱད་པར་འགོག་པའི་དམ་བཅའ་ལ། མངོན་སུམ་སོགས་  
 ཀྱིས་གནོད་ཚུལ་བསྟན་པ་ལ། གནོད་བྱའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་ངོས་གཟུང་  
 བ་དང་། དེ་ལ་གནོད་ཚུལ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡན་ལག་རྣམས་  
 ལས་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པས་ཤུགས་ལ་འཕངས་པའི་  
 དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཡན་ལག་རྣམས་ལས་ཡན་ལག་ཅན་  
 གཞན་ཡིན་པ་ཅམ་ཉིད་ཚོས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གནོད་པས་དམ་བཅའ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ཅམ་ཞིག་སངས་རྒྱས་པའི་ངོར་སྐྱབ་འདོད་དེ། རྩེ་བྲག་པས་དེ་ལྟར་  
 དམ་བཅའ་མ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་པ་ལ་བྱུང་བའི་བསྐྱབས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་གཞན་ཡིན་པ་ཅམ་སངས་རྒྱས་པས་  
 བྱུང་བའི་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་རང་ལུགས་ལ་ཡན་ལག་ཅན་བྱམ་པ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་  
 གཞན་ཅམ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་ཀ་རྩལ་སུ་བྱུང་  
 ཅིང་། དེ་གཉིས་གཞན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་གཉིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཆ་རྩལ་སུ་མ་  
 བྱུང་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་ཅམ་ཡིན་པས། བྱམ་པ་དང་བྱམ་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་  
 རྩལ་གཞན་དུ་ཁས་མི་ལེན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱེ་བྲག་པས་དེ་ལྟར་དམ་འཆའ་

བའི་དགོས་པ་ནི། རྩལ་ཕྱན་ལ་སྒྲིབ་ཐོགས་བྱེད་པ་སོགས་འབྲས་བྱ་མེད་  
 བར་མཐོང་ནས་གང་གིས་སྒྲིབ་ཐོགས་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་  
 ཅན་རྫས་གཞན་དམ་འཆའ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་དམ་འཆའ་བར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་དམ་འཆའ་བའི་ཚུལ་ནི། ཡན་ལག་ལས་ལྔ་དྲུག་  
 སོགས་ཆོས་གསུམ་གྱིས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྫས་གཞན་དུ་གྱུར་  
 པའི་ཡན་ལག་ཅན་ཡོད། ཅེས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། ཆོས་གསུམ་ནི་ཡན་ལག་  
 རྣམས་ལ་མེད་པའི་ལྔ་དྲུག་གི་ཡོན་ཏན་དང་། དེས་བྲངས་པའི་འོག་དུ་འགྲོ་བའི་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུའི་རྒྱ་བྱེད་པའོ། །

དེ་ལ་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྫས་ལ་བྱེད་པར་གྱི་  
 ཆོས་སུ་ལྡན་ཅིང་། ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྫས་གཞན་ཡིན་ལ། གསུམ་པོ་ཉིད་  
 གྲང་པན་ཚུན་རྫས་ཐ་དད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་རྫས་གཞན་  
 ཡིན་ལ། ལྔ་དྲུག་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གསུམ་ནི། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡིན་ཏེ། བྱེ་  
 བྲག་པས་ལྔ་དྲུག་དོན་གཞན་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་བྱེད་ཆོས་  
 སུ་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྫས་གཞན་ཡིན་  
 བར་དམ་བཅས་པའི་བྱུར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་པར་གྱི་དོན་ནི་འདི་  
 ལྟར་ཡིན་པར། ལྔ་དྲུག་དོན་རྫས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་  
 བར་སྒྲོ་བྲོས་ཀྱི་མིག་ཉེས་བཤད་ཀྱི་དུག་གིས་ལྔ་དྲུག་པར་མ་བྱས་པ་དག་  
 གིས་ཆོས་གསུལ་བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །



གཉིས་པ་དེ་ལ་གཞོན་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། སྤྱིར་བསྟུན་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་  
 བྱུང་བར་ཡིན་པ་ཙམ་གྱིས་བསྟུན་བྱའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཞིང་།  
 དེ་ལ་གཞོན་པས་སྐབས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ལ། འོན་ཀྱང་བསྟུན་བྱའི་ཆོས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ཉིད་བྱུང་ཆོས་གང་གིས་  
 བྱུང་བར་དུ་བྱས་ནས་སྟུན་པའི་བྱུང་བར་གྱི་ཆོས་དེ་ཡང་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཅན་ལ་བསྟུན་བྱར་བྱས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་བར་ལ་ཆད་མས་  
 གཞོན་ན་དམ་བཅའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་འདིར་ཡང་སྤྱིར་དོན་གཞན་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གསུམ་པོ་  
 ཉིད་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་བར་བྱེད་ཆོས་སུ་བྱས་ནས་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་  
 རྣམས་ལས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་པར་སྟུན་པ་ཡིན་པས། བྱུང་བར་དེ་དག་ལ་  
 ཆད་མས་གཞོན་ན་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་ཆད་མས་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 ཞིང་། དེ་ཡང་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡན་ལག་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་དེས་བྲངས་  
 པའི་འོག་ཏུ་འགོ་བའི་བྱ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་འདུའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཆོས་  
 གསུམ་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་མཚོན་པ་ཙམ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡན་  
 ལག་རྣམས་ལ་མེད་པའི་གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དོན་གཞན་དང་། དེའི་བྱ་བ་  
 ཡུལ་གོ་ས་གཞོན་པའི་རྒྱས་པ་དོན་གཞན་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་འདུའི་  
 རྒྱ་བྱེད་པའི་ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་པར་འདོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱི་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེས་ན། བྱེ་  
 བྲག་པས་ཡན་ལག་ཅན་ཆོས་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྗེས་

གཞན་དུ་དམ་བཅའ་པའི་ཆོས་གསུམ་ནི། ཡན་ལག་ལ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་  
 རོན་གཞན་དང་། དེའི་བྱ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུའི་རྒྱ་བྱེད་པ་གསུམ་  
 ཡིན་པས། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱར་བར་བྱ་བ་ཡིན་  
 ཡང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཆད་མ་མདོར། ལྷིད་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། དེའི་བྱ་བ་  
 སོགས་གསུམ་པོ་ཁོ་ན་དངོས་སུ་སློབ་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་གཞོན་ཚུལ་ཁོ་ན་  
 དངོས་སུ་བསྟན་པ་ནི། གཞན་རྣམས་མཆོན་པའི་རོན་དུ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་  
 དམའ་མེད་དེ་ཉིད་ཉེར་མཆོན་ཏེ། །གཟུགས་སོགས་ལྷག་དང་ལྷག་རི་བཞིན།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་མདོན་སུམ་  
 སོགས་ཀྱིས་གཞོན་པའི་ཚུལ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་ལ་ཡན་ལག་རྣམས་  
 ལ་མེད་པའི་ལྷིད་གྱི་ཡོན་ཏན་རོན་གཞན་དང་། དེས་བྱངས་པའི་འོག་ཏུ་འགྲོ་  
 བའི་བྱ་བ་རོན་གཞན་ཡོད་པ་སྤང་དམའ་བའི་བྱེད་པར་འཛིན་པ་མེད་པའི་  
 ཏྲགས་ཀྱིས་ཁེགས་པས་ཏྲགས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོན་  
 ཅིང་། དེའི་ཚུལ་ཡང་རྒྱས་པར་ཆོག་ཤོས་ཀྱིས་ཏྲགས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཡན་ལག་ཅན་བུམ་པ་དེ་ཉིད་དང་། དེའི་ཡོན་ཏན་གཟུགས་ཅི་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་ན་མདོན་སུམ་ལ་སོ་སོར་སྤང་དགོས་  
 པ་ལ་དེ་ལྟར་སྤང་བ་མེད་པའི་སྤྱིར། ལྷིད་དང་གཟུགས་ཅི་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡན་ལག་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་དེ་རྣམས་རང་ཉིད་གང་ལ་ལྷན་པའི་ཡན་ལག་  
 ཅན་ལས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་པ་ལ་མདོན་སུམ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་

ཡང་བུམ་པ་དང་དེའི་མྱོད་རྫས་གཞན་དུ་ཡོད་ན། བུམ་པའི་རིག་བྱ་འཛིན་  
པའི་ལུགས་ཀྱི་དབང་ཤེས་མ་འབྲུལ་བ་ལ་སོ་སོ་སྒྲུང་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་ཐ་དད་མེད་པར་ལུས་ཤེས་ཀྱིས་གཞལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ལ།  
འདི་ལྟ་བུའི་བྱད་པར་རྣམས་ནི་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་བཤད་ཅིན་ཏོ། །

དེས་ན་ཡན་ལག་གི་མྱོད་ཐམས་ཅད་ལས་རྫས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་  
ཡན་ལག་ཅན་གྱི་མྱོད་ལྷག་པོ་ཡོད་པ་ལ་སྒྲུང་དམའ་པའི་བྱད་པར་མ་  
དམིགས་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོད་ཅིང་ཡན་ལག་  
ཅན་གྱི་མྱོད་དེ་ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྫས་གཞན་དུ་ཡོད་པ་ལ་མངོན་སུམ་  
གྱིས་གཞོད་པ་ཡིན་པས། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་དཔག་གི་གཞོད་ཡུལ་སོ་སོ་  
དང་། གཉིས་གས་ཀྱང་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གཞོད་པའི་  
ཚུལ་ལེགས་པར་གནས་པར་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་དག་ཡན་ལག་ཅན་རྫས་  
གཞན་ཡོད་པ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་ཅིས་འཆད་མོད། དེ་ལ་མངོན་  
སུམ་གྱིས་གཞོད་ཀྱང་དམ་བཅའ་འདིའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་  
གཞོད་པ་སོང་གི། ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གཞོད་པར་ངི་ལྟར་འགྱུར།

ཅི་སྟེ་ཡན་ལག་ཅན་རྫས་གཞན་ནི་ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡིན་ལ། ཆོས་  
ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་ཡན་ལག་ཅན་རྫས་གཞན་ཡིན་པ་ཅམ་ལ་འདོད་དོ་ཞེ་ན། འདི་  
དང་ཁ་ཅིག་ཡན་ལག་ཅན་ཅམ་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོར་འདོད་པ་གཉི་ག་ལ་གཞོད་  
བྱེད་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཡན་ལག་ཅན་ཅམ་དང་།  
ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་གཞན་ཡིན་པ་ཅམ་གང་ཡང་བྱེ་བྲག་

བས་སངས་རྒྱས་པའི་ངོར་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོར་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉི་ཀ་དེ་ལ་ཡོད་པར་སངས་རྒྱས་  
 པའི་ཆད་མས་གྲུབ་ཟིན་མ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་དང་། གྲེ་བྲག་པ་ལ་སངས་རྒྱས་  
 པའི་ངོར། དེ་གཉིས་ཙམ་ཞིག་སྐྱབ་འདོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེས་  
 ར་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་གང་ཡིན་མ་ཤེས་བས་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་  
 གཞན་དམ་བཅས་པའི་དོན་ལ། མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་ཅིང་། ཐ་སྙད་ལ་  
 རྣམས་དཔག་གིས་གཞོད་ཅེས་སོགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཅིག་སྒྲ་དགོས་པ་བྱུང་  
 མོད། ཅུང་བཅད་ཟིན་ནས་ཡལ་ག་གཅོད་པ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ཡི་གེ་མངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འདིར་དེ་དག་གི་དགག་སྐྱབ་རྒྱས་པར་མ་  
 བྲིས་སོ། །

མྱེད་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་དེ་རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་ལ་བྱུང་ཆོས་  
 སུ་ལྡན་པར་ཁས་སྦངས་པ་ལ། ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་དུ་ཁས་སྦངས་བས་  
 གཞོད་དེ། མྱེད་སོགས་རྣམས་ཐ་དད་པ་གསུམ་རང་ལ་བྱུང་ཆོས་སུ་ལྡན་ན་ཆ་  
 འགས་མེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་  
 ཉིད་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྣམས་གཞན་དུ་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་  
 ཡིན་པར་དངོས་སུ་དམ་བཅས་ཤིང་། ཡན་ལག་ཅན་དུ་སྒྲས་པའི་ཤྱགས་ལ་  
 རང་གི་ཡན་ལག་རྣམས་དང་རྣམས་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཁས་སྦངས་བས་རང་  
 ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་སྐྱབས་འདིར་ཁས་སྦངས་ཀྱི་གཞོད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི། ཁས་

སྤངས་སྤྱི་འགལ་བའི་གཞོད་པ་ལ་བཞེད་པ་ཡིན་གྱི། ཡིད་ཆེས་རྗེས་  
དཔག་གི་གཞོད་པ་ལ་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེའི་སྤྱིར། ཁས་སྤངས་འགལ་བ་  
དང་། རང་ཆོག་འགལ་བའི་གཞོད་པ་ནི། མངོན་རྗེས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་ཡུལ་  
ལ་འབྱུག་པ་ལ་ཡང་འགལ་བ་མེད་དོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། ཡན་ལག་རྣམས་ལ་མེད་པའི་སྤྱིད་སོགས་ཆོས་  
གསུམ་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། སྤང་ནི་དམའ་བ་དག་  
ཏུ་འགྱུར། ཞེས་པ་དང་གངས་མཚུངས་པ་ནི་མི་རུང་དོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
རིགས་པས་གཞོད་པ་མ་བཟོད་ནས། འཕེལ་ལྡན་འབྲས་བུའི་སྤོང་བ་ཡི། ཁྱི་  
བ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ན། ཞེས་སྤྱིད་སོགས་དོན་གཞན་གསུམ་མེད་པར་ཁས་  
སྤངས་པས་ཁས་སྤངས་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟེར་དོ། །

མཁས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཁས་སྤངས་འགལ་བའི་ཚུལ་འདི་ནི་ངོ་མཆར་བ་  
ཞིག་སྟེ། ལྟ་དགའ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། འདི་ལྟར་ཡན་ལག་ཅན་ལ་སྤྱིད་  
སོགས་དོན་གསུམ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ་རིགས་པས་གཞོད་པ་མ་  
བཟོད་པར་ཁས་སྤངས་དེ་བོར་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ནམ།  
འོན་ཏེ་ཁས་སྤངས་སྤྱི་མ་མ་བོར་བར་བྱི་མ་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན།

དང་པོ་ལྟར་ན། ཁས་སྤངས་སྤྱི་མ་མ་བོར་གྱི་བར་ལ། བྱི་མ་ཁས་མ་  
སྤངས་ཤིང་། བྱི་མ་ཁས་སྤངས་པའི་ཆོ། སྤྱི་མ་བོར་བའི་བྱིར། ཁས་སྤངས་  
འགལ་བར་ངི་ལྟར་འགྱུར། གཞན་དུ་ན་གངས་ཅན་གྱིས་བྱས་པའི་རྟོགས་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྤྱི་མི་རྟོག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ རྟེན་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་མི་



རྟག་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་ཡང་ཁས་སྒྲངས་འགལ་བའི་གཞོན་པ་འབབ་པར་  
 ཐལ་ལོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་འདི་ལ་ནི་ཁས་སྒྲངས་འགལ་བའི་གཞོན་པ་མི་  
 འབབ་པའི་གང་ཟག་སྤྱུང་མི་སྤྱིད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །

བརྟག་པ་གཉིས་པ་ལྟར་ཁས་ལེན་ན། སྤྱོད་པ་དེ་ཡང་གཞུང་གི་དོན་  
 སྤྱོད་ཅི་ལོག་འབའ་ཞིག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། འཕེལ་ལྡན་འབྲས་བུའི་སྤྱིང་བ་  
 ཡི། །སྤྱི་བ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པས་སྤྱིད་སོགས་དོན་གསུམ་ཡན་  
 ལག་ཅན་ལ་མེད་པར་ཁས་སྒྲངས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ན། ཁས་སྒྲངས་དངོས་  
 སྤྱུ་འགལ་བའི་གཞོན་བྱེད་སྟོན་པར་རིགས་གྱི། ཡུངས་ཀར་བར་གྱི་སྤྱིད་  
 དག་ཀྱང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་གཞོན་བྱེད་སྟོན་པར་རི་ལྟར་འཐད། དོན་འདི་  
 ནི་སྤྱིད་སོགས་དོན་གཞན་ཡོད་ཀྱང་། སྤང་ལ་བཅའ་བས་མི་རྟོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་སྤྱས་པ་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་སྤྱིད་སོགས་དོན་གཞན་  
 ཡན་ལག་ཅན་ལ་མེད་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་རྩལ་སྤྱོད་གྱི་སྤྱིད་སྤང་ལ་  
 གཞལ་བས་རྫོགས་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཡན་ལག་ཅན་ལ་སྤྱིད་སོགས་དོན་  
 གསུམ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་ཐལ་འགྱུར་འཕངས་ཀྱང་། འཁོར་  
 གསུམ་དངོས་འགལ་རང་ཉིད་ལ་དེ་མ་ཐག་སྤྱོད་པར་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

ཡང་གཞན་དག་ན་རེ། ཡན་ལག་ཅན་ཞེས་སྤྱས་པའི་དུས་ཉིད་ནས་  
 ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ཅམ་གྱི་ཀུན་རྫོབ་པ་ཞིག་ཏུ་ཤུགས་ལ་དམ་བཅས་པ་  
 དེས་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་  
 དམ་བཅས་པ་ལ་གཞོན་པས་རང་ཆོག་གིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་

རོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡིན་པར་  
ཐལ། །ཁྱོད་ཡན་ལག་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། །མ་ཁྱབ་ན་ཡན་ལག་ཅན་དུ་ཁས་  
ལངས་པའི་ཤྱགས་གྱིས་ཀྱན་རྫོབ་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་བྱད། འདོད་ན་  
སྟོ་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ་ཞིང་། བདེན་པར་གྲུབ་ན་ཆ་མེད་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
པར་ཐལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག་རང་ཡང་རགས་པ་ཡིན་པའི་རྗེས་གྲུབ་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ་  
སྐབས་འདིར་རང་ཆོག་འགལ་བའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་འཆད་པ་ནི། དངོས་འགལ་  
ངོ་མི་ཤེས་པར་བྱད་དོ། །

གྲགས་པས་གཞོད་ཚུལ་ལ། གཞན་དག་ན་རེ། ཡན་ལག་ཅན་ཞེས་པ་  
ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ཅམ་ལ་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པས་ཡན་ལག་ཅན་རང་གི་  
ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ཅམ་མིན་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་གཞོད་དོ་ཞེས་བེར་  
རོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ན། གྲགས་པས་གཞོད་པ་དམ་བཅའི་སྟོན་  
ཡིན་ནམ་མིན། མ་ཡིན་ན་མདོ་དང་རྣམ་འགྲེལ་གཉི་ག་དང་འགལ། ཡིན་ན་  
ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན་དངོས་པོ་རྣམས་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་མ་འདྲེས་པར་དམ་  
བཅས་པའི་དོན་ལ་གྲགས་པས་གཞོད་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་ན་ཁ་སང་གི་  
ལྟས་བྱིན་དེ་རིང་ཡང་ཡོད་པ་སོགས་སུ་གྲགས་པའི་བྱིར། འདིས་མཚོན་ཏེ་  
གཞོད་བྱེད་ཆེས་མང་ལ། འདོད་ན་དེ་དམ་བཅའ་སྟོན་ཅན་དུ་ཐལ་ཞིང་།  
གྲགས་པས་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་འགལ་བ་ལ་མི་འཁྲུལ་བའི་ཆད་མ་ཡང་ཡོད་  
པར་ཐལ། དངོས་པོ་རྣམས་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་མ་འདྲེས་པར་དམ་བཅས་

པའི་དོན་ཚད་མས་གྲུབ་པ་གང་ཞིག །དེ་ལ་གྲགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། མངོན་སུམ་དང་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་  
དཔག་གིས་གྲུབ་པའི་དོན་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་གྲགས་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།  
གྲགས་པས་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་རོ། །དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཚད་མ་དང་  
གྲགས་པའི་གཞོད་ཡུལ་རིགས་མི་གཅིག་པར་གོང་དུ་རྒྱས་པར་བསྐྱབས་  
བེན་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འདི་ལྟར་སྒྲ་བ་ནི། ཅ་འདི་བའི་ཆིག་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ཞེས་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་བྱེད་  
པ་ལ་བེད་རམ། བརྗོད་རུང་གྲགས་པ་ལ་བེད་རམ། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
ལ་བེད། དང་པོ་ལྟར་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིན་ན་བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི་བརྟེན་ལ་བྱང་བས་བྱུང་པར་ཐལ། མངོན་རྗེས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་  
ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་ཐ་སྙད་དེ་ལྟར་བྱེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱི་མ་  
གཉིས་ལྟར་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཞི་གྲུབ་ན་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་  
པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། མངོན་རྗེས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིན་ན།  
གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
འདི་དག་ནི་གྲགས་པས་གཞོད་པའི་དོན་ཅི་ཡིན་གཏོ་ལ་མ་བྱུང་བར་སྒྲུང་རོ། །

རང་ལུགས་ནི་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ད་སོགས་ཡོན་ཏན་  
རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྗས་གཞན་དུ་མེད་ན། བུམ་པ་སོགས་ཡན་ལག་  
ཅན་རྣམས་ལ་སྤྱི་བ་དང་དཀར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་རྟོག་སོ་སོར་འཇུག་པར་  
མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྗས་གཞན་དུ་ཡོད་

དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་པའི་བྱ་བ་པའི་མཐའ་ཡིན་པས་མྱོད་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་  
 ཉོག་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚོ་གིས། མྱོད་སོགས་ཡོན་  
 ཏན་རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་པར་དམ་བཅས་པ་དེ་ལ་  
 མྱོད་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་འདོད་པའི་དབང་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག ཏུ་རུང་  
 བས་གཞོད་པའི་བྱིར་གྲགས་པས་གཞོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེས་ན་འདིས་ནི་  
 གྲགས་པས་གཞོད་པ་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དམ་བཅའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་གྱི། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་གང་ཡང་རུང་བ་དང་མི་མཐུན་པས་དམ་  
 བཅའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་མྱོད་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་ལས་རྗེས་  
 གཞན་དུ་ཡོད་པ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་ཀྱང་། དེ་དག་དེ་ལས་རྗེས་  
 གཞན་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚོ་མྱོད་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་  
 འཇུག་པ་ལ། གྲགས་པས་གཞོད་པ་ཡིན་པས་གཞོད་ཡུལ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་  
 བའི་སྐྱོན་ཡང་མི་འབྱུང་དོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་ལ། མངོན་  
 སུམ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་ནི་ཡན་ལག་  
 རྣམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་བྱིར་  
 རོ། །ཞེས་ཡན་ལག་ཆོས་ཅན་དུ་གཟུང་བ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་ནི་ཡན་  
 ལག་ཅན་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་  
 བྱིར་རོ། །ཞེས་ཡན་ལག་ཆོས་ཅན་དུ་གཟུང་བའི་བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་

ཅིང་། དེ་དག་ལ་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་གང་། བྱད་པར་ནི་ངེ་ལྟ་བུ། ཚུལ་ངེ་  
ལྟར་གཞོན་ཅེ་ན། གཞན་དག་ན་རེ། ཡན་ལག་ཅན་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་བའི་  
ཆེ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་  
དུ་རུང་བ་དེའི་བྱད་པར་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་བའི་ཆེ་ནི།  
ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་མི་རུང་  
བ་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ཡང་རྒྱལ་དབང་སྒྲོས། ཡན་ལག་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། མངོན་  
སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་མི་རུང་བ་དེའི་བྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ལ་དཔག་ས་ནས།  
ཡན་ལག་ཅན་ལའང་དེ་ལྟར་འདོད་པར་བྱད་མོད། ཚུལ་དེ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རང་ལྡོག་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་  
མེད་ཅམ་ཞིག་ཚུད་པ་མ་ཡིན་གྱི། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
གཞི་ལྡོག་རྣམས་རང་རང་གི་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྗེས་གཞན་དུ་ཡོད་མེད་  
ཚུད་པ་ཡིན་པས། གླུ་བས་འདིའི་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡང་དེ་དག་ལ་བྱེད་དགོས་  
ལ། དེ་ལྟར་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། དེ་  
དག་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་རུང་བ་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་  
དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་སོགས་གྱིས་གཞོན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ན་ཡང་། བྱམ་  
པ་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་རུང་བ་ལ། ཆོད་མས་གཞོན་པ་ངེ་ལྟར་འཐད།

དེས་ན་རང་ལུགས་ནི། ཡན་ལག་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་བའི་ཆེ་མངོན་  
སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་མི་རུང་བ་བྱད་པར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་ལ་གཞོན་པའི་



ཚུལ་ནི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ།  
 དེའི་དོན་ཡང་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་རུང་བ་མེད་  
 པར་ཐལ། ཡན་ལག་ཡིན་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་མི་རུང་བས་ཁྱད་  
 པར་དུ་བྱས་པས་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་བྱམ་པའི་མཚུ་ལ་སོགས་པ་མངོན་  
 སུམ་གྱིས་མཐོང་བས་བསལ། ཡན་ལག་ཅན་ཆོས་ཅན་དུ་བརྒྱུང་བའི་ཆེ་ནི་  
 བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། ཆ་  
 ཞལ་མེད་པ་དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་ལ་ཇི་ལྟར་གཞོན་པའི་  
 ཚུལ་ནི། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་དེ་རྣམས་མངོན་སུམ་གྱིས་  
 མཐོང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆ་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། འདི་  
 དག་གིས་ཐལ་འགྱུར་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། ཆ་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུར་མཐོང་  
 མངོན་སུམ་ལ་སྤང་རུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་ནི་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་རུང་མ་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཡན་ལག་འགའ་ཞིག་མངོན་སུམ་གྱིས་དམིགས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་སོགས་  
 གྱིས་རང་རྒྱུད་ཤུགས་ལ་འཕེན་ཅིང་རྟགས་དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་ཇི་ས་  
 དཔག་གིས་གཞོན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཐལ་འགྱུར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ནི་ཁས་སྒྲངས་གྱིས་གཞོན་པ་སྟོན་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་བྱམ་པ་སོགས་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་ཆ་མེད་ཡིན་པའི་  
 ཐ་སྙད་ལ་ཇི་ས་དཔག་གིས་གཞོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དོན་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་  
 གཞོན་པ་ཡིན་ཏེ། བྱམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ཞལ་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་

གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡན་ལག་ཅན་ཞེས་ཡན་ལག་ཅན་དུ་ཁས་སྦངས་པ་ན་  
ཡན་ལག་ཡོད་པར་ཁས་སྦངས་པས་ཆ་བཅས་སུ་སྦྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དངོས་  
སུ་ཆ་མེད་དུ་སྦྱས་པས་རང་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་གཞིན་པའི་དམ་བཅའ་ལ། མངོན་  
སུམ་སོགས་གྱིས་གཞིན་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ནི། རྩམ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཡོན་ཏན་དང་རྩམ་དག་རྩམ་དང་རྩམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་  
བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་ཅེས་བ་ནི། རྩམ་གྱི་རང་ལྡོག་ཅམ་  
འགོག་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་བའི་རྩམ་དེའི་དོན་ལྡོག་ཏུ་བྱེ་བྲག་  
བས་སྦྱས་པ་དེ་ཉིད་འགོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་བྱེ་བྲག་བས་སྦྱས་པའི་རྩམ་གྱི་  
དོན་ལྡོག་ནི། རང་ལས་དོན་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པ་ཉིད་  
ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་འགོག་པའི་ཚུལ་ནི། རྩམ་དང་ཡོན་ཏན་རྩམ་ཐ་དང་  
དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་  
རྟེན་དང་བརྟེན་པ་མི་འཐད་པས་རྩམ་རྩམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོན་ཏན་གྱི་  
རྟེན་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར་། བུམ་པའི་གཟུགས་སོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ཡང་།  
གཟུགས་གྱི་ཁྲད་པར་མངོས་པ་དང་མི་མངོས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྩམ་  
གཞན་མི་བརྟེན་ན། དེ་དག་ལ་མངོས་མི་མངོས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་རྟོག་  
འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བ་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཡིན་པས་བརྟེན་པར་ཁས་ལེན་  
དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་སོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་རྩམ་སུ་ཐལ།  
རང་ལས་རྩམ་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་སྤྱིར་། ཞེས་

ཡོན་ཏན་རྣམས་སྤྱི་ཐལ་བ་དང་། རྣམས་རྣམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་ཐལ་བ་  
 དངོས་སྤྱི་འཕངས་ནས་ཁས་སྦྲངས་ཀྱི་གཞོན་པ་སྟོན་ཅིང་། དེ་དག་གི་  
 རྟེན་གསལ་ལ་རྣམས་བྱམ་པ་ཆོས་ཅན། རང་གི་ཡོན་ཏན་གཟུགས་སོགས་དང་  
 དུས་མཉམ་རྣམས་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། སན་ཚུན་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་  
 གྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་རང་རྒྱུད་འཕངས་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམས་  
 དཔག་གིས་གཞོན་པ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་རྣམས་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཐ་  
 དད་ཡིན་པ་ལ་མངོན་སྤྱི་མ་གྱིས་གཞོན་ཅིང་། རྣམས་དེ་ཉིད་རང་ལས་རྣམས་ཐ་  
 དད་དུ་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པ་ལ་རྣམས་དཔག་གིས་གཞོན་ལ། རང་  
 དང་དུས་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་དུ་སྦྱས་པའི་རྟེན་གསལ་གྱིས་དེ་དང་  
 འབྲེལ་བ་གྲུབ་པར་ཁས་སྦྲངས་ཤིང་། དངོས་སྤྱི་དེ་དང་རྣམས་ཐ་དད་དུ་ཁས་  
 སྦྲངས་པའི་རྟེན་གསལ་གྱིས་འབྲེལ་མེད་དུ་ཁས་སྦྲངས་པ་ཡིན་པས་རང་ཆོག་  
 འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤམ། ཡང་ན་དངོས་སྤྱི་དུས་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་  
 དག་གི་རྟེན་དུ་ཁས་སྦྲངས་པ་དང་། ཡང་དེ་དང་རྣམས་ཐ་དད་དུ་སྦྱས་པའི་  
 རྟེན་གསལ་འབྲེལ་མེད་དུ་ཁས་སྦྲངས་པ་གཉིས། རང་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་  
 ནོ། །འདི་དང་སྤྱི་མ་གཉིས་ལ་གྲགས་པས་གཞོན་པའི་ཚུལ་ནི། གོང་དུ་བཤད་  
 པ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་ལ་གཞོན་པའི་དམ་བཅའ་ལ་ཁས་སྦྲངས་ཀྱིས་  
 གཞོན་པའི་ཚུལ་འཆད་པ་ནི། ཁ་ཅིག་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་ཡོད་ན་  
 མངོན་སྤྱི་མ་གྱིས་དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པ་ཁེགས་པ་ཡིན་པས། ཡན་

ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་པ་བྱེ་བྲག་པས་ཀྱང་ཁས་ལེན་དགོས་པས་ཁས་  
 སྒངས་ནང་འགལ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡ་གྲུལ་ཁས་སྒངས་མེད་པར་  
 ཡང་། །ཁས་སྒངས་ནང་འགལ་བསྟན་པའི་བྱིར། །ནན་གྱིས་སྤྱོད་འདི་འདོད་  
 ཅེས་པ། །གསལ་བར་དབང་སྤྱད་སྤྱོད་པ་ཡིན། །དེས་ན་འདི་ནི་ཁས་སྒངས་  
 པ་དང་། །ཁས་སྒངས་དགོས་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་  
 མདོ་སྟེ་པས་གཞན་རིག་མདོན་སྤྲུལ་ཁས་སྒངས་ན། དེ་ཉིད་གཟུང་འཇིན་  
 གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ལྟར་བདེན་པས་སྟོང་པར་ཁས་སྒངས་དགོས་པས་ཁས་  
 སྒངས་ནང་འགལ་གྱི་སྟོན་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་རྗོད་ཅིང་། །གཞན་  
 ཡང་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཅམ་གྱིས་སྒངས་པར་འགྱུར་ན། ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
 བ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁས་མ་སྒངས་པའི་གྲོལ་བ་སུ་ཡང་མི་སྲིད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་གཉི་ག་ལ་གཞོན་པའི་དམ་  
 བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་དཔེ་ནི། དག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལ་ཆོག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་ཆོག་ཡིན་ན་ཆོག་གང་ལས་ཀྱང་དོན་  
 གོ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བས། དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་སྤྲུལ་པའི་ཤྱགས་  
 ལ་དོན་སྟོན་པའི་ཆོག་གང་ཡང་མེད་པར་ཁས་སྒངས་པའི་བྱིར། དོན་བདེན་  
 པ་སྟོན་པ་དང་། བརྟུན་པ་སྟོན་པའི་ཆོག་ཐམས་ཅད་བཞག་ཅིང་། ཏྲག་པ་དང་  
 མི་ཏྲག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གི་བྱུང་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཞག་པས།  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀའི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་གཉི་ག་བཞག་པར་

འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དམ་བཅའ་འདི་ཉིད་ལ་ནི་རང་ཆོག་གིས་གཞོད་པ་ཙམ་ཞིག་  
བསྟན་པར་བཞེད་ནས་ཀྱན་ལས་བརྟུས་སུ་དམ་བཅའི་དཔེར་བརྗོད་ཙམ་  
ཞིག་དང་། དེ་ལ་རང་ཆོག་གིས་གཞོད་ཚུལ་ཙམ་ཞིག་གསུངས་པ་ཡིན་ལ།  
དམ་བཅའ་གཞན་རྣམས་ལ་ནི་རྗེས་དཔག་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པ་ཡང་བསྟན་  
པར་བཞེད་པས། དམ་བཅའི་དཔེར་བརྗོད་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པར་རང་  
རྒྱུད་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་དང་། རང་རྒྱུད་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་སོགས་ཀྱི་  
གཞོད་བྱེད་དངོས་སུ་བཞོད་ནས། གཞོད་བྱེད་དམ་བཅའ་ལྷགས་ལ་བསྟན་  
པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྤྱིར་དམ་བཅའ་འདི་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་སོགས་གཞན་ཀྱི་  
གཞོད་ཚུལ་འབྲེལ་བ་རྣམས་སུ་འང་མ་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ། བཤད་པའི་འབྲེལ་དགོད། ཆོས་ཀྱི་བྱུང་  
པར་ལ་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོད་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད། དེས་གཞོད་ཚུལ་  
གཞན་ཡང་རྟོགས་པར་བྱ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཀྱན་ལས་བརྟུས་སུ།  
ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་ལ་མངོན་སུམ་དང་། དངོས་  
པོ་སྟོབས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་། ཁས་སྒྲངས་དང་གྲགས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་གཞོད་པའི་དཔེར་བརྗོད་སོ་སོར་བྱེ་ནས་བསྟན་པ་འདིས་བསྐྱབ་བྱེད་  
ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཆོས་ཅན་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་ཆོས་ཅན་རང་གི་ངོ་  
བོ་ལ་མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་དག་ནི། དམ་བཅའི་སྟོན་ཡིན་པར་  
བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཀྱན་ལས་བརྟུས་སུ་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲང་དེ་དག་



ལ་མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པའི་དཔེར་བཟོད་ནི། ཆོག་ཆོགས་སྤྱང་  
བའི་ཆེད་དུ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་རྒྱས་པར་མ་བཤད་པར་དེ་དག་ལ་མངོན་སུམ་  
སོགས་ཀྱིས་གཞོན་ཚུལ་གྱི་དོན་ནི་མཆོན་ནས་བསྟན་པའི་དོན་དུ། རྗེས་  
དཔག་སོགས་ཀྱིས་གཞོན་ཚུལ་གྱི་དཔེ་ནི་སྤྱོད་པ་ཙམ་རེ་མདོར་བསྟུས་  
ནས་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག །ཆོས་ཅན་གྱི་དོ་བོ་དང་བྱེད་པར་དང་ཆོས་ཀྱི་  
བྱེད་པར་ལ་གཞོན་པའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྤྱང་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ལ། ཆོས་ཅན་  
གྱི་དོ་བོ་དང་བྱེད་པར་ལ་གཞོན་ཚུལ་གྱི་དོན་ནི་ཤྱགས་ལ་བསྟན་པའི་དོན་  
དུ་བསྟན་བཅོས་འདིར་དཔེར་བཟོད་པའི་སྤྱོད་པ་ཙམ་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
སེལ་བའི་དཔེར་བཟོད་ཀྱི་དོན་རྒྱས་པར་བཟོད་པར་བྱའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། བྱེ་བྲག་པའི་དམ་བཅའ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་  
ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་འགོག་པའི་གཏན་ཆོགས་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་  
ཡང་བྱེ་བྲག་པས་ཡན་ལག་ཅན་ནི་ཡན་ལག་དག་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
དམ་བཅས་པའི་དོན་ནི། རུལ་སྟན་རིགས་མཐུན་དུ་མ་པན་ཚུན་སྤྱང་བའམ་  
ལྟན་པས་བརྩམས་པར་གྱུར་པའི་དོན་གང་ལྗིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དོན་གཞན་དང་།  
དེས་བྱངས་པའི་འོག་ཏུ་འགོ་བའི་བྱ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་འདུའི་རྒྱ་  
བྱེད་པ་སྟེ། ཡན་ལག་ལས་རྗས་གཞན་དུ་འཛོག་པའི་མཆོན་ཉིད་གསུམ་  
ཀྱིས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་མངོན་སུམ་ཀྱིས་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་བྱེད་  
པར་དང་ལྟན་པའི་སྟོན་པ་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་ལས་རྗས་གཞན་དུ་ཡོད་

བ་ཡིན་པར་དམ་འཆའ་བ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་གྱིས་མ་མཐོང་ཞིང་ཆོས་  
གསུམ་གྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་དུ་  
དམ་བཅས་པ་ལ་རྟོག་པ་རང་གི་འདོད་དོན་འགྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་  
མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་བྱེ་བྲག་པ་དེས་ནི་མ་མཐོང་བ་རྟུལ་སྤྱོད་དག་ལ་མཐོང་བ་  
དང་ཐོགས་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མེད་པར་མཐོང་ནས་འབྲས་བུ་དེ་དག་  
དང་ལྡན་པའི་ཡན་ལག་ཅན་སྐྱབ་པར་འདོད་དེ་ཡན་ལག་ཅན་ནི་ཡན་ལག་  
དག་ལས་གཞན་ཡིན་ཞེས་སྒྲས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་རྒྱུད་བཤའ་པའི་བྱུང་པར་  
རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་ཡོད་པ་  
ཅམ་ནི་སྐྱབ་ན་སངས་རྒྱས་པ་ལ་གྲུབ་ཟིན་བསྐྱབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། སངས་  
རྒྱས་པས་རང་ལུགས་ལ་ཡང་བུམ་པ་དང་བུམ་པའི་ཡན་ལག་དག་ཐ་དད་  
པར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་འགོག་པའི་གཏན་ཆིགས་  
བཤའ་པ་ནི། གལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། འཇིམ་རིལ་ལྡ་བསྐྱེས་པའི་གོང་བུ་འདི་  
ཆོས་ཅན། བྱོད་མ་བསྐྱེས་པའི་འཇིམ་རིལ་ལྡ་ལ་མེད་པའི་འོག་ཏུ་འགོ་བའི་  
བུ་བ་དོན་གཞན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་དག་ལ་མེད་པའི་སྤྱིད་ཀྱི་  
ཡོན་ཏན་ལྷག་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། བྱུང་པར་ལས་སྤངས་སོ། །འདོད་ན་  
འཇིམ་རིལ་གོངས་ཆོད་མཉམ་པོ་བཅུ་ཆེན་གཅིག་ལས་ལྡ་མ་བསྐྱེས་ཞིང་།  
ལྡ་བསྐྱེས་ནས་སྤང་ལ་བཅའ་བ་ན། སྤྱི་མ་ཉིད་བསྤང་ནི་དམའ་བ་དག་ཏུ་

འགྲུར་བར་ཐལ། སྒར་མ་བསྐྱེས་པའི་ཆེ་ལྷིད་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག  
 །བསྐྱེས་པ་ན་སྤྱི་མ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ལྷིད་དང་དེས་བྲངས་པའི་འོག་ཏུ་  
 འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ལྷག་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མཛོན་སྤྱུལ་ཆད་མས་  
 བསལ་བས་ལྷིད་གྱི་ཡོན་ཏན་དོན་གཞན་མི་འབྱུང་གོ། །

དེས་ན་ཡན་ལག་ཅན་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་ལྷིད་དོན་གཞན་དང་དེའི་  
 བྱ་བ་གཉིས་འཕྲོ་བ་འདུ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་མེད་པ་དེའི་  
 སྤྱིར་ཆོས་གསུམ་གྱིས་བྲད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་རྩ་གཞན་དེ་  
 ཆད་མས་མཐོང་བ་མིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ལྷིད་དང་བྱ་བ་དོན་གཞན་  
 གཉིས་དང་། དེ་དག་གི་འཕྲོ་འདུའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་དག་ཆད་མས་མཐོང་བ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་བྱེ་བྲག་པས་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་  
 རྩ་གཞན་དུ་དམ་བཅས་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྲད་པར་ལ་ཆད་མས་གཞོད་པར་  
 ཐལ། གང་བྲད་པར་གྱི་ཆོས་སུ་མེད་ན་ཡན་ལག་ཅན་རྩ་གཞན་མི་འབྱུང་  
 བའི་ལྷིད་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་གསུམ་པོ་ཆོས་ཀྱི་བྲད་པར་དུ་དམ་བཅས་  
 པ་གང་ཞིག །བྲད་པར་རྩ་གཞན་གསུམ་པོ་ལ་ངེ་སྐྱད་བཤད་པའི་རིགས་  
 པས་གཞོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་རྩལ་སྤྱོད་མོ་གཉིས་ནས་བརྩམས་ཏེ། ཆོགས་ཆེན་པོའི་བར་དུ་  
 རིམ་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩ་གྱི་སྤྱིང་བ་དག་ཅིག་ཅར་སྤང་  
 ལ་བཅལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན། སྤྱིས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པའི་ཡན་  
 ལག་ཅན་གཅིག་སུ་དེའི་ལྷིད་སྤང་ལ་བཅལ་བས་ཉོགས་ཀྱི་སྒར་རྩལ་སྤྱོད་མོ་

གཉིས་བསྐྱེས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩ་ས་  
 གཞན་དུ་མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྗོངས་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་སོ་སོར་མི་  
 ཉོགས་ཏེ། དཔེར་ན་རས་བལ་གྱི་ཁུར་སྤང་ལ་བཅལ་བ་ན། རས་བལ་གྱི་  
 འདབ་མ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེས་པའི་རས་བལ་གྱི་ཁུར་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལྗོངས་སྤང་ལ་  
 བཅལ་བས་ཉོགས་ཀྱི། །ཁུར་དེ་ལ་རས་བལ་གྱི་འདབ་མ་རེ་རེ་ནས་བཞག་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྗོངས་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་སོ་སོར་མི་ཉོགས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ལྗོངས་ཉིད་ན་སྤང་ལ་བཅལ་བས་ཉོགས་དགོས་པའི་བྱུང་བ་མ་  
 དེས་སོ་ཞེས་བྱེ་བྲག་པ་གཞན་དག་ཟེར་རོ། འོ་ན་དེ་ལྟར་ན། འཇིག་རིམ་ལྗོངས་  
 མཉམ་བཅུ་ཚན་གཉིས་པོ་དེའི་བཅུ་ཅིག་ཅར་བསྐྱེས་ནས་སྤང་ཁར་ལྡན་པར་  
 བྱས་པ་དང་། བཅུ་ཚན་གཅིག་དང་པོར་གཉིས་གཉིས་སོ་སོར་བསྐྱེས་ཤིང་  
 སྐྱེས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ཏེ་སྤང་ཁར་ལྡན་པར་བྱས་པའི་རྩལ་གྱི་  
 ཚོགས་པ་གཉིས་པོ་དག་སྤང་སོ་སོར་དུས་ལྟན་ཅིག་བཅལ་བ་ན་ལྗོངས་ནི་ཆེ་  
 རྒྱུ་ཐ་དད་དུ་དམིགས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། རིམ་གྱིས་བསྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་  
 ཅིག་ཅར་བསྐྱེས་པའི་གོང་བྱ་ལ་མེད་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ལྗོངས་ལྗོངས་ལྟ་བུ་པོར་  
 ཡོད་པ་དེའི་བྱིར། འདིས་ནི། སྤོ་མོ་ནས་བཅུ་རྩ་རྩ་སྤྱད་དག། ཅེས་པར་  
 རྩལ་སྤོ་མོ་གཉིས་སྤྱད་པ་ན། ཡན་ལག་ཅན་རྩ་ས་གཞན་གཅིག་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་དེ་དང་རྩལ་སྤོ་མོ་གསུམ་བསྐྱེས་པས་ཡན་ལག་ཅན་གཅིག་སྐྱེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩ་ས་ཀྱི་སྤོང་བ་འཕེལ་ཚུལ་ཁས་སྤངས་པ་དེ་

ཉིད་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་འཇིམ་རིལ་གཉིས་བསྐྱེས་པ་ན་ཡན་ལག་ཅན་རྩ་ས་གཞན་སྐྱེ་  
ཡང་། གོང་བུ་དེ་ཉིད་འཇིམ་རིལ་གཞན་དང་བསྐྱེས་པ་ན། ཡན་ལག་ཅན་སྐྱ་  
མ་དེ་ཉིད་འཇིག་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ། འཇིམ་རིལ་བཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱོགས་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས། ཡན་ལག་ཅན་སྐྱ་མ་ཐམས་ཅད་ཞིག་ནས་བཅུ་པོ་  
སྐྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པས་བརྩམས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ཐ་མ་ཁོ་ན་གནས་  
པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། དེའི་སྤྱིར་སྤྱིད་ནི་ཐ་དད་འགྱུར། ཞེས་པའི་སྐྱོན་  
མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་གསེར་མ་ཤ་ལྔ་ཆ་གཉིས་ལས་གཅིག་རིམ་པ་ཡིས་  
བསྐྱེས་པ་དང་། གཅིག་མ་བསྐྱེས་པ་ན་མ་ཤ་ལྔ་ལྔར་གྲངས་མཚུངས་པ་ནི་  
མི་རུང་བར་ཐལ། རིམ་གྱིས་བསྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཡན་ལག་ཅན་སྐྱ་མ་རྣམས་  
ཞིག་ནས་མཐའི་ཡན་ལག་ཅན་གཅིག་ལས་མེད་ཅིང་། ཅིག་ཤོས་ལ་ཡན་  
ལག་ཅན་ལྔ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་རྩ་ས་ལྔ་མེད་ཀྱང་ལྔའི་ཐ་སྙད་འཇུག་ན་ནི། སྐྱོན་སྐྱབ་པས་  
འཇུག་པ་དང་། གྲངས་དོན་དམ་དུ་གྲུབ་པའི་རྣམ་གཞག་ཉམས་པར་འགྱུར་  
རོ། །

གལ་ཏེ་ཡུངས་ཀར་གྱི་ཆད་ཅམ་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཆོགས་ཆེན་པོ་  
གོང་ནས་གོང་དུ་ནི་འཕེལ་བ་དང་ལྡན་པའི་འབྲས་བུ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩ་ས་  
གྱི་སྤེང་བའི་སྤྱི་བ་ཡ་གྲུལ་རེ་རེ་བ་དག་སྤང་ལ་བཅལ་བས་མི་རྟོགས་པ་  
བཞིན་དུ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་



སྤང་ནི་དམའ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར་ཞེས་པའི་སྒྲིན་མེད་དོ། །ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་  
 ཅན། ཡན་ལག་ཅན་དེ་ཚུམ་པའི་རྒྱ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྗོངས་སྤང་གིས་གཞལ་  
 བར་བྱ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། ཡུངས་ཀར་ཅམ་དུ་མ་ལོངས་བར་གྱི་ལྗོངས་  
 དག་ཀྱང་ཆུང་དུ་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 ལྗོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་མི་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་མི་རྟོགས་པས་ན། འབྲས་བུ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ལྗོངས་  
 ནི་སྤང་ལ་བཅལ་ཀྱང་མི་རྟོགས་པས་བྱུང་བ་གང་ཞིག །སྤང་ལ་བཅལ་བས་  
 རྟོགས་པའི་ལྗོངས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ཡན་ལག་ཅན་དང་རས་  
 བལ་གྱི་ལྗོངས་གཉིས་དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པར་ཐལ། རས་བལ་གྱི་འདབ་མ་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་དེ་མཐོང་བ་  
 མེད་ཅིང་། རས་བལ་གྱི་ལྗོངས་སྤང་ལ་བཅལ་བས་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ། ཡན་  
 ལག་ཅན་དེའི་འབྲས་བུའི་ལྗོངས་ཡང་སྤང་ལ་བཅལ་བས་རྟོགས་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར།

གལ་ཏེ་ལྗོངས་མ་རྟོགས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གཞན་རྟོགས་པའི་སྒྲིན་ས་ཡོན་  
 ཏན་ཅན་རྫས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཅི་འགལ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་ལྗོངས་དོན་གཞན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་དེའི་ཡོན་ཏན་  
 གཟུགས་དོན་གཞན་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་མ་ལ་  
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཡན་ལག་ལས་ལྷག་པའི་ཡན་ལག་ཅན་རྫས་གཞན་  
 ཡོད་པ་མིན་ནོ། །སོགས་པས་ནི་འོལ་མ་སི་ལ་སོགས་པ་བཟུང་དོ། །

འོ་ན་སློབ་དཔོན་གྱིས་སྤང་དམའ་བའི་བྱད་པར་མི་འཛིན་པའི་རྟགས་  
 གྱིས་སྤྲིད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཁོ་ན་འགོག་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྤང་  
 དམའ་བའི་བྱད་པར་མེད་པའི་རྟགས་གྱིས་ཡན་ལག་ལ་མེད་པའི་སྤྲིད་ལྟག་  
 བོ་ཡོད་པ་བཀག་པ་དེ་ནི། ཉེ་བར་མཆོན་པའི་དོན་དུ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་ལ་  
 མེད་པའི་གཟུགས་སོགས་ལྟག་བོ་དང་། དེ་དག་གང་ལ་ལྟན་པའི་ཡན་ལག་  
 ཅན་ལྟག་བོ་རྗེས་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་ཡོད་ན་ཅི་ལྟར་  
 ཡོད་པ་བཞིན་དུ་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དབང་པོའི་ཤེས་པས་མཐོང་དགོས་པ་  
 ལ་མཐོང་བ་མེད་པའི་བྱེད།

གསུམ་པ་དེས་གཞོད་ཚུལ་གཞན་ཡང་རྟགས་པར་བྱ་བར་བསྟན་པ་  
 བློ་རྟེན་མཁན་བོ་ལྟར་ན། ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གཞོད་པའི་དཔེར་བརྗོད་རི་  
 སྐད་བཤད་པའི་སྤྱོད་པ་གྱིས་ནི་ཉེ་བར་མཆོན་ནས་སློབ་དཔོན་གྱིས་  
 གསུངས་པའི་དཔེར་བརྗོད་གཞན་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་དང་དེ་གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཁས་སྐྱངས་དག་གིས་གཞོད་ཚུལ་ཡང་རྟགས་པར་བྱའོ། །

རི་ལྟར་ཞེ་ན། དམ་བཅའ་དེ་དག་ལ་ཁས་སྐྱངས་དང་རང་ཆོག་དང་  
 རྗེས་དཔག་དང་གྲགས་པ་སོགས་གྱིས་ཅི་རིགས་པ་རེ་གཞོད་པ་དག་ནི་  
 སྤྲིད་པས་ན། དམ་བཅའ་གང་ལ་ཁས་སྐྱངས་སོགས་གང་གིས་གཞོད་པ་དེ་  
 ལ། དེ་དང་དེའི་གཞོད་ཚུལ་ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་འཆད་ལ་  
 སློབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སྟོ། །ཁས་སྐྱངས་རང་གི་ཆོག་སོགས་གྱིས། །གཞོད་པ་  
 དག་གྱང་ཡོད་པས་ན། །རི་སྐད་བཤད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ནི། །དཔེར་བརྗོད་

གཞན་ཡང་རྟེན་གས་པར་བྱ། ཞེས་འདོན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་  
གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་དེ་ཉིད་ལ་སྤང་དམའ་བའི་བྱང་པར་དམིགས་པ་མེད་  
པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོད་པར་མ་བཟད། ཁས་སྤངས་  
རང་གི་ཆོག་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་ཅིང་། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་འགོག་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་སྤང་ལ་ནི། གཞོད་པ་དེ་དག་ཡོད་  
པ་ལྟར། དཔེར་བཞིན་གཞན་ཆོས་ཅན་ཀྱི་བྱང་པར་སོགས་ལ་ཡང་རྗེས་  
དཔག་དང་ཁས་སྤངས་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་དེ་དག་ཡོད་པར་རྟེན་གས་པར་  
བྱའོ་ཞེས་འཆད་ཅིང་། ཁོ་ལོ་ནི་འདི་བཞིན་འཆད་དེ། ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་  
གཞོད་པའི་དམ་བཅའ་འདི་ཉིད་ལ་རྗེས་དཔག་གིས་གཞོད་པ་ཇི་ལྟར་སྤིང་པ་  
བཞིན་དུ། ཆོས་ཅན་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱང་པར་སེལ་བའི་དམ་བཅའ་གཉིས་ལ།  
ཁས་སྤངས་ཀྱིས་གཞོད་པ་དང་། དག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་པ་ལ། རང་ཆོག་གིས་གཞོད་པ་གཙོ་བོར་འབབ་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ལ་  
ཡང་མདོན་སྤུམ་དང་གྲགས་པ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་དག་ནི་སྤིང་པས་ན་  
སྤོབ་དཔོན་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་སེལ་བའི་དམ་བཅའ་ལ་རྟགས་ཀྱིས་  
གཞོད་ཚུལ་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་དོན། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ནི་  
དཔེར་བཞིན་གཞན་ཆོས་ཅན་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱང་པར་སེལ་བ་གཉིས་ལ་ཐལ་  
འགྱུར་གྱི་སྒོ་ནས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་གཞོད་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་། དག་  
ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ལ། རང་ཆོག་གིས་གཞོད་པ་  
དངོས་སུ་བསྟན་པ་དེ་དག་གི་དོན་ཇི་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་ཡང་རྟེན་གས་པར་

བྱའོ། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གཞི་དཔེ་དམ་བཅའ་ལ་སྤང་  
 དམའ་བའི་བྱད་པར་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 གཞི་དཔེ་ཚུལ་འཆད་པའི་ཆོ། ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་ལས་གཞན་ཡིན་པ་  
 ཅམ་གཞི་དཔེ་ཡུལ་གྱི་དམ་བཅའ་མ་ཡིན་གྱི། ཆོས་གསུམ་ལྟན་གྱི་ཡན་ལག་  
 ཅན་རྣམས་གཞན་དམ་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གཞི་དཔེ་ཡུལ་གྱི་དམ་བཅའ་  
 ལེགས་པར་བསུས་ནས། དེ་ལ་རྟགས་དེ་ཉིད་གཞི་དཔེ་བྱེད་དུ་འགྱུར་ཚུལ་རི་  
 རྒྱུད་བཤད་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་རྣམས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་  
 དང་རྣམས་དག་རྣམས་དང་རྣམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་ཐལ་འགྱུར་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ཁས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་གཞི་དཔེ་པ་སྟོན་  
 པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་རྣམས་ཀྱི་རང་ལྟོག་ཅམ་མ་ཡིན་གྱི། རང་ལས་རྣམས་  
 གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཉིན་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལྟོག་ཏུ་ཁས་སྤངས་པ་དེ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དམ་བཅའི་དོན་ཁོང་ནས་སྤང་ནས་དེ་ལ་ཐལ་འགྱུར་དེ་  
 ལྟ་བུའི་སྟོན་ཁས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་གཞི་དཔེ་པ་བསྟན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡན་ལག་རྣམས་ནི་ཡན་ལག་ཅན་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་  
 སུམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། ཞེས་པ་ལ་ཡང་ཡན་ལག་རྣམས་ཞེས་  
 པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་རུང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་དུ་གང་སོང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལེགས་པར་བཞོད་  
 བ་ནས་དེ་ལ་ཐལ་འགྱུར་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ཁས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་གཞི་དཔེ་པ་བསྟན་པར་  
 བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དག་ཐམས་ཅད་བརྟུན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ། ཞེས་དངོས་

སྤྱི་སྤྱོད་པའི་འཁྱགས་ཀྱིས་ཆིག་གང་ལ་ཡང་དོན་སྟོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པར་  
སྤྱི་སྤྱོད་པའི་རྒྱས་པ་ཕྱུང་ནས་དེ་ལ་རང་ཆིག་གིས་གཞོད་པ་འབབ་ཚུལ་བསྟན་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

གཞན་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་དགག་པ།

གཉིས་པ་གཞན་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་མཆོན་ཉིད་དགག་པ་ལ། རྫོང་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ལ་བརྟགས་ནས་དགག། བརྫོང་བྱའི་དོན་ལ་བརྟགས་ནས་དགག།  
ངེས་བཟུང་གི་སྦྱར་ས་ལ་བརྟགས་ནས་དགག། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་  
ལན་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆོད་མ་མདོར། བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་  
འདིར། །བྱུབ་པ་མེད་ལ་དོན་བྱས་ཉིད། །དེ་ལྟ་ན་ནི་རྟགས་དང་དཔེ། །མ་བྱུབ་  
བརྫོང་པ་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ནི།  
རིགས་པ་ཅན་པས་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པར་བྱ་བ་དམ་བཅའོ། ། ཞེས་པ་སྤྱོདས་  
ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་སྤྱིས་པ་ལ་དེ་ལྟར་ན། བྱ་སྟོན་ཀྱི་དོར་བྱུབ་ཐེན་པ་དེ་ལྟ་  
བྱའི་བདག་ཉིད་མིན་བཞིན་དུ། གཞན་བྱ་སྟོན་དག་ལ་དཔེ་དང་གཏན་  
ཆིགས་ད་ལྟར་དུ་བཀོད་པ་དེ་དེའི་ཆེ་སྤྱོད་ལ་བསྐྱབ་བྱར་མི་འདོད་ན་ཡང་  
བསྐྱབ་བྱར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། བསྟན་པར་བྱ་བ་ཞེས་པའི་ཆིག་དེ་དུས་  
གསུམ་གའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱེད།

འོ་ན། བསྐྱབ་བྱའི་སྤྱི་དེ་སྤྱི་ཡིན་པའི་བྱེད། མ་བྱུབ་པ་ཅམ་གོ་བར་



བྱེད་པ་ཡིན་པ་ལ་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བསྐྱབ་བྱར་ཐལ་ཞེས་འཕྲུག་གྱི། མ་  
 གྲུབ་པ་ཀུན་དེར་མི་འཕྲུག་པ་ཅི་ཞེ་ན། བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱར་པར་བྱ་བ་ཞེས་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲུལ། ཞེས་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་རྟགས་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྒྲ་དེས་སྒྲ་གོ་ལ་གྱིས་ད་ལྟ་  
 བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པའི་བྱེད་པར་ལ་བརྟེན་པ་ཁོ་ན་གོ་བར་བྱེད་པ་མིན་པ་  
 དེས་ན། སྒྲོལ་དཔོན་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་གས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ལ་དཔེ་དང་གཏན་  
 ཆིགས་དག་མ་གྲུབ་པ་གཞོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེར་ནི་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་  
 གཞན་དུ་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱར་པར་བྱ་བ་ཞེས་སྒྲུལ་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲ་དེས་མ་གྲུབ་པ་ཅམ་གོ་བར་བྱེད་ན་རི་བོང་རྩ་ལ་སོགས་པ་མ་  
 གྲུབ་པ་ཀུན་གྱི་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར། ཞེས་འཕྲུག་པར་རིགས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་དེ་ལྟར་མ་འཕངས་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲ་དེས་ཞེས་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་མ་  
 གྲུབ་པ་ཅམ་གོ་བར་བྱེད་གྱི། མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་གོ་བར་མི་བྱེད་པས་  
 སོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ལན་དགག་པ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་ན་རེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 སྒྲོལ་མེད་དེ། ལས་ལ་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལས་ཀྱང་བྱེད་པ་  
 པོའི་འདོད་སྤྱད་པ་ལ་མིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཞུགས་པ་ནི་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་བྱ་བའི་སྒྲ་ཅམ་གྱིས་བྱེད་ཀྱང་འདོད་སྤྱད་ཀྱི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་འོ་མས་འབྲས་ཆེན་ཆོས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་སོ་མ་ལ་བ་བའི་བྱ་བས་  
 བྱེད་ཀྱང་བྱེད་པར་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། ལས་མ་ཡིན་གྱི། བ་བའི་བྱ་བས་བྱེད་

པའི་འདོད་ཡུལ་གྱི་གཙུག་པོ་ནི་འབྲས་ཆེན་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་ཡང་བྱ་བའི་སྐྱེ་ཅམ་གྱིས་ཁྲབ་གྲང་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་འདུག་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་ལས་གྱི་  
གཙུག་པོ་མ་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བྱར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་སྐྱོན་སྤོང་དང་  
པོ་ལོ། །

གཞན་ཡང་དེས་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་ནི། སྐྱབ་ངག་གི་ཡན་ལག་  
ལྗེ་ནང་ནས་དམ་བཅའ་བརྗོད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསྐྱབ་  
བྱར་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། དེ་  
ཉིད་བརྗོད་པའི་ཆོག་དམ་བཅའ་བརྗོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །ཞེས་པ་སྐྱོན་  
སྤོང་གཉིས་པོ་ལོ། །

གཞན་ཡང་རྒྱད་ཐམས་ཅད་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་། སོ་སའི་རྒྱད་གྱི་  
གྲུབ་མཐའ་དང་། སྐབས་གྱི་གྲུབ་མཐའ་དང་། ཁས་སྦངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྟེ།  
གྲུབ་མཐའ་བཞི་ཡོད་ལ། སྐྱབ་བྱར་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། ཁས་སྦངས་  
པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་དགོས་ཏེ། བྱད་གཞིའི་སྟེང་དུ་བྱད་ཆོས་ཁས་སྦངས་  
ནས་དཔྱེད་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་  
ན་ཡང་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ནི། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་གྱི། བསྐྱབ་བྱར་  
ཁས་སྦངས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁས་སྦངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་རྒྱད་ཐམས་ཅད་  
གྱི་གྲུབ་མཐའ་ནི། གཞལ་བྱའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོད་མ་དག་ཡོད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་

བྱ་སྟེ། གཞུལ་བྱ་འཇུག་པའི་ཚད་མ་གྲུབ་མཐའ་སྟོབས་བའི་སྟེས་བྱ་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོའི་རྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ནི། བདག་ཡོད་  
 ཅེས་པ་དང་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གྲུབ་མཐའ་སྟོབས་སོ་སོ་ལ་ངེས་པའི་འདོད་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐབས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ནི། ལུས་ཅན་མིན་པའི་བདག་ཤེས་རྣམས་སྟོན་  
 ལ་ལོངས་སྟོང་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བདག་ཁས་སྦངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་འདོད་པ་  
 བྱུང་པར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁས་སྦངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི། མ་བརྟགས་  
 པར། བྱུང་གཞི་ཙམ་ཞིག་དང་པོར་ཁས་སྦངས་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་ལ་དཔྱོད་པའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཁ་ཅིག་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུད་དབང་དུ་བྱེད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་འབྱུང་  
 པ་ནི། སོ་སོའི་རྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དང་། སྐབས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་མིང་གི་རྣམ་  
 གྲངས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་སྟོན་སྟོང་གསུམ་པ་བསྟན་ཏོ། །དེ་དག་ལས་སྟོན་  
 སྟོང་དང་པོའི་ལན་ནི། ལས་ལ་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ཞེས་བྱ་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཉི་ལེ་བར་བཞུགས་པའི་ལན་གྱིས་དཔེ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་དམ་བཅའ་ལས་ལོགས་སུ་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱིས་  
 པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཞུགས་  
 གྲང་རྣམ་པ་འགས་གྲང་ཕྱི་ཁོ་ལ་ལ་མ་གྲུབ་ཅིང་། དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དེས་  
 ཤེས་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ཕྱི་ཁོ་ལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་བྱུར་  
 འཕངས་པ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

སྟོན་སྟོང་གཉིས་པའི་ལན་ནི། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་པ་བསྐྱབ་  
བྱ་བརྗོད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་ཡང་ལན་དུ་རུང་བ་མིན་པར་  
ཐལ། དེ་སྐྱབ་ངག་འགོད་པའི་སྒར་གྱི་ཚོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག། སྐྱབ་  
ངག་འགོད་པའི་སྒར་གྱི་ཚོལ་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་ལ་རྟགས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་བྱས་བྱུང་བ་ཁས་སྦངས་པའི་བྱིར།

སྟོན་སྟོང་གསུམ་པའི་ལན་ནི། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་  
དང་ཁས་སྦངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པར་ཐལ། རིགས་པ་ཅན་  
གང་གིས་ཁས་སྦངས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་མཚན་ཉིད་དུ་སྒྲ་བས་དེ་གཉི་ག་ལ།  
འདུག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར།

གཉིས་པ་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་  
བསྟན་པ་དམ་བཅའ་ཞེས་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་ཅི། ཆོས་སམ་འོན་ཏེ་ཆོས་  
ཅན་ནམ། གཉི་ག་ཡིན། དང་པོ་ཉྟར་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་དགག་པའི་བྱིར། ཀྱན་  
ལས་བརྟུས་ཀྱི་རྩ་བར། ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་ན་ཆོས་མཐུན་མེད། ཅས་གསུངས་  
ཤིང་། དེའི་རང་འགྲེལ་དུ། གལ་ཏེ་ཆོས་མི་རྟག་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན།  
བསྐྱབ་བྱ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་མི་རིགས་ཏེ། མི་རྟག་པ་དེ་  
ཆོས་མཐུན་པ་དེ་རྟགས་པའི་དཔེ་ནི་མེད་དོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་དོན་  
ནི། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཡན་གར་བ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
ཆོ། མི་རྟག་པ་དེ་ཉིད་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་པའི་སྒར། བྱི་ཚོལ་གྱིས་  
དེས་མི་སྟོན་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཉྟར་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་

མ་ཐུན་དཔེ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་འགོག་པ་ལ་རྩ་བར།  
 ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་རྟགས་དོན་མེད། ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་རང་འགྲེལ་དུ།  
 ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་སྐྱ་བྱ་བ་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 གཏན་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་རིགས་སོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་  
 དོན་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་སྤྱི་ལྟར་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ་ན། ཆོས་  
 ཅན་སྐྱ་དེ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དུ་གཏན་ཆོག་པ་  
 བཀོད་པ་དོན་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱ་ཅམ་སྤྱི་གོལ་གྱིས་བྱ་བ་ཟེན་པའི་  
 སྤྱིར། ཞེས་པའོ། །

ཅི་སྟེ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉི་ག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་དོན་  
 ཡང་གང་ཡིན། ཆོས་ཅན་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
 པ་ལ་ཟེར་རམ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉི་ག་ཆོག་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་ལ་  
 ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན། དེ་ཉིད་དགག་པའི་སྤྱིར་མདོའི་རང་འགྲེལ་དུ། ཅི་སྟེ་  
 གཉི་ག་ཡིན་ན་གཉིས་ཀའི་སྐྱོན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་གོང་  
 དུ་བརྗོད་པའི་སྐྱོན་གཉི་ག་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། །

ཅི་སྟེ་སྤྱི་མ་ལྟར་ཆོས་ཆོས་ཅན་གཉི་ག་ཆོག་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ཉིད་འགོག་པའི་ཚུལ་ཀུན་ལས་བརྟུས་རྩ་འགྲེལ་དུ་མ་གསུངས་  
 པས་དེ་ཉིད་འགོག་པའི་ཚུལ་རྣམ་འགྲེལ་འདིར་ཁ་བསྐྱང་སྟེ་འཆད་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། མདོ་རྩ་འགྲེལ་དུ་དེའི་འགོག་ཚུལ་མི་གསུང་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་དེ་



ཉིད་འགོག་པའི་ཚུལ་རིགས་པ་ཅན་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲས་པའི་རྟགས་དཔེའི་  
མཆན་ཉིད་དང་ནང་འགལ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། ཁས་སྒྲངས་ནང་འགལ་ཡང་སྟོན་  
དུ་རྟགས་སྒྲ་བས་མ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་ཁས་སྒྲངས་ནང་འགལ་སྟོན་པའི་ཚུལ་ནི། འདི་  
ལྟར་བྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དམ་བཅའ་ཞེས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་ཆོས་ཅན་  
ཡན་གར་བ་དང་། ཆོས་ཡན་གར་བ་སོགས་ལ་བྱས་ན་ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་ན་  
ཆོས་མཐུན་མེད། ཅེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་འབྱུང་བར་མ་ཟད། ཆོས་དང་ཆོས་  
ཅན་གཉིས་ཀ་ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་པར་ཁས་སྒྲངས་ནང་། ཆོས་  
དང་ཆོས་ཅན་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
པར་འདོད་དགོས་ལ། དེའི་ཆོ། དཔེ་དང་ཆོས་མཐུན་པས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
པར་བྱེད་པ་རྟགས་སོ་ཞེས་པ་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཆོས་མཐུན་པས་  
དེའི་ཆོས་ཡོད་པ་ཅན་དཔེའོ་ཞེས་རིགས་པ་ཅན་བྱོད་རང་གིས་གཏན་  
ཆིགས་དང་དཔེའི་མཆན་ཉིད་སྒྲས་པ་དེ་དག་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རྟེ། འདི་  
ལྟར་གང་གི་ཆོ། རྟེན་ཆེན་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། མི་རྟག་པས་བྱུང་  
པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲ་དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། དེ་དང་དཔེ་བུམ་པ་དག་  
རྟགས་སྟེན་ལྟར་དུ་ཆོས་མཐུན་པར་བྱ་གོལ་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པས་སྟེན་ལྟར་དེ་སྐྱབ་  
ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རྟེ། དཔེ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གཏན་  
ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་དེས་པར་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་

ཕྱིར་རོ། །

གཤམ་ཏེ་མི་རྟག་པས་ཁྱད་པར་དུ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱོད་དང་བྱམ་པ་  
 རྟགས་སྐྱེ་ལྟན་དེར་ཆོས་མཐུན་པར་བྱི་ཆོལ་གྱིས་ངེས་ན། བསྐྱབ་བྱ་བྱབ་  
 ཟེན་པའི་ཕྱིར་རྟགས་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཆོག་གས་གྱི་  
 མཆན་ཉིད་མ་གྱུབ་པོ། །ཡང་མི་རྟག་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱེའི་ཆོས་སྐྱེ་  
 ལྟན་བྱམ་པ་ལ་ཡོད་པར་བྱི་ཆོལ་གྱིས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་དཔེ་ཉིད་དུ་  
 ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཆོས་མཐུན་པས་དེའི་ཆོས་ཡོད་པ་  
 དཔེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོག་གས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན།  
 དཔེའི་མཆན་ཉིད་སྐྱས་པ་ཡང་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །གཤམ་ཏེ་ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོག་གས་པ་ལ། དཔེ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་སོགས་དེ་དག་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ན། བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དམ་བཅའ་  
 ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱོ་ཆོག་གས་དོན་ལ་འཇུག་ཀྱང་། དཔེ་རྟགས་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱའི། ཆོས་ཅན་ལ་འཇུག་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན།  
 དེའི་ལན་སྟོན་པ་ནི། འགྲེལ་བྱེད་གཞན་དག་ན་རེ། བསྟན་བཅོས་སུ་དཔེ་  
 རྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བཤད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། ཅོད་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་རིགས་  
 པར་དཔེ་རྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གཞན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པ་ལ་འཇུག་  
 པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཁོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། འོ་ན་བསྟན་བཅོས་སུ་དཔེ་རྟགས་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆོ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། ཆོས་མཐུན་པས་ཞེས་

སོགས་སྟོས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། དེའི་ཆེ་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན་ལ་འཇུག་  
པར་འདོད་བཞིན་དུ། བསྐྱབ་བྱའི་མིང་གིས་མ་བསྟན་པར་ངེ་ལྟར་རིགས་  
པར་ཆོས་ཅན་ཞེས་པའི་མིང་རང་ཉིད་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་འཐད་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེ་རྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཆེ། ཆོས་ཅན་ལ་བསྐྱབ་  
བྱའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སྟོས། བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དམ་བཅའོ་ཞེས་  
པའི་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན་ལ་འཇུག་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། ཞེས་འཆད་ཀྱང་  
མ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཕྱོགས་དེ་ནི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས། ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱར་  
རྟགས་དོན་མེད། ཅེས་བཀག་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་  
བཀག་ཟིན་ཀྱང་། འདིར་ཉེས་པ་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་ཆོས་ལ་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱང་བཀོད་ནས། ཅིའི་  
ཕྱིར་སྟུན་མི་འབྲིན། དེ་དག་ལ་དོགས་པ་ཤས་ཚུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། བྱང་  
པར་དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉི་གལ་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་  
དངོས་སྟུ་མི་འཇུག་ཅིང་། ཉེ་བར་བཏགས་ནས་འཇུག་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གསུམ་པ་ངེས་གཟུང་གི་སྐྱར་ས་ལ་བཏགས་ནས་དགག་པ་ནི། བྱིད་  
སངས་རྒྱས་པ་ལྟར། ཁོ་ལོ་ཅག་ཀྱང་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་དུ་ཁོ་ནའི་ངེས་  
གཟུང་སྟོར་བས། དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་དམ་བཅར་ཐལ་བའི་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་  
ན། འོ་ན་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་དམ་བཅའོ་ཞེས་དམ་བཅའི་སྐྱར་

ངེས་བཟུང་སྒྲོར་རམ། བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པར་བྱ་བ་དམ་བཅའ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་  
 དམ་བཅའི་ཕྱིས་སྒྲོར། ཞེས་ངེས་ནས། དེ་གཉི་ག་ཡང་མི་འཐད་པར་བསྟན་  
 པའི་ཆེད་དུ། ཚད་མ་མདོར། སྤྲ་མར་ངེས་གཟུང་དོན་མེད་ཕྱིར། ཕྱིས་ངེས་  
 གཟུང་ན་མི་འདོད་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ཙུ་འགྲེལ་གྱི་དོན་འཆད་པ་ལ།  
 དང་པོ་དམ་བཅའི་སྤྲ་མར་ངེས་གཟུང་སྒྲོར་བ་དགག་པ་ནི། ངེས་གཟུང་དེ་དམ་  
 བཅའི་སྤྲ་མར་སྒྲོར་ན། བསྐྱབ་བྱ་ཕྱི་གོལ་གྱིས་གྲུབ་མ་བློན་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་  
 པའི་དོན་དུ་ཡིན་ནམ། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་བཞེན་པ་བསྐྱབ་བྱ་མིན་པར་  
 རྟོགས་པའི་དོན་དུ་ཡིན། དང་པོའི་དོན་དུ་སྤྲ་བ་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ།  
 དེ་མ་སྤྲ་ཡང་སྤྲ་གྲུབ་མ་བློན་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱབ་བྱེད་བསྟན་པའི་  
 རྟོགས་ཉིད་ལས་དོན་དེ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཀྱས་པའི་ཕྱིར།

ཕྱི་མ་ཡང་མི་འཐད་དེ། རིགས་པ་ཅན་རང་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་དང་  
 དཔེ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་དཔེ་རྟོགས་ནམས་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་  
 པར་ཁྱབ་ཅིང་འཕངས་པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པའི་དཔེ་རྟོགས་ལ་  
 བསྐྱབ་བྱར་དོགས་པ་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གཅད་དགོས་པའང་མེད་  
 དོ། །དེའང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་རྟོགས་སོ་ཞེས་པས། རྟོགས་བསྐྱབ་བྱ་  
 མ་ཡིན་པར་འཕེན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་དཔེའོ། །ཞེས་  
 པས་དཔེ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་འཕེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་དམ་བཅའ་ཞེས་པའི་ཆིག་གི་སྤྲ་མར་ངེས་གཟུང་སྒྲོས་ན།  
 རིགས་པ་ཅན་དེ་ཡིས་དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་བརྗོད་པ་དོན་མེད་དེ་དེའི་

དགོས་པ་རིགས་པ་ཅན་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱས་པའི་དཔེ་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
ཀྱིས་བྱས་ཟིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར། འོས་གཞན་མེད་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་དམ་བཅའ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་དམ་བཅའི་ཆིག་གི་གཞུག་དེར་  
ངེས་བཟུང་བརྗོད་པས་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་ལ་དམ་བཅས་བྱུང་བ་གོ་བར་  
བྱེད་པའི་སློན་ས་མི་ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཙོད་པའི་འབྲས་བྱ་ཅན་ཡིན་པར་  
རྟགས་ཤིང་། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དཔེ་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་དམ་བཅའ་ཐལ་བའི་སློན་  
སོན་གནས་སོ། །

གཞན་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྦྱང་གི་མཚན་ཉིད་དང་དཔེ་དགག་པ།

གསུམ་པ་གཞན་ལྷགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྦྱང་གི་མཚན་ཉིད་དང་  
དཔེ་དགག་པ་ལ། དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་དམ་བཅའ་ལྟར་  
སྦྱང་གི་དོན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྦྱང་གི་དཔེ་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་དག་ན་རེ། དམ་བཅའ་དང་  
གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་ནི་དམ་བཅའི་སློན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ཉིད་  
དགག་པའི་སྤྱིར། ཚད་མ་མདོར། གཏན་ཆིགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་  
བ། །དམ་བཅའི་སློན་ཞེས་རུང་བ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ཅ་འབྲེལ་གྱི་དོན་  
འཆད་པ་ནི། རྟགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་ནི་འདོད་ལུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་  
དང་། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སློན་ས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་འབྲུབ་  
པ་ལ་ཐན་པ་མེད་པས་དམ་བཅའི་སློན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནམ། རྟགས་ཆོས་



གཉིས་ཚེད་གཞི་ལ་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་སྒོ་ནས་དམ་བཅའི་སྒྲིན་དུ་སོང་  
 བ་གང་ཡིན། དང་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལྟན་ནི་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་དམ་བཅའི་  
 སྒྲིན་དུ་འགྱུར་དགོས་ན་ཡང་། སྟོགས་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་བཞིན་བཀོད་པ་ལ་སྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་པར་དམ་བཅས་ཅམ་ནས་སྒྲིན་  
 དུ་གོ་བ་ཞིག་དགོས་སོ་ཞེས་ཀྱང་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

གལ་ཏེ་རྟགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བའི་དམ་བཅའ་སྒྲིན་དུ་སོང་བ་  
 དེ་རྟགས་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 གྱིས་དམ་བཅའི་སྒྲིན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟན་འང་བསྐྱབ་བྱེད་ཆོས་  
 དང་ལྟན་ཅིག་རྟགས་ཚེད་གཞི་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཆོས་ཅན། སྒྲོར་བ་སྒྲོར་གཅིག་  
 པོ་དེའི་དམ་བཅའི་སྒྲིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིན་  
 ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་གི་དཔེ་དགག་པ་ལ། མི་རྟག་  
 པ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མིན་པར་བསྟན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་  
 གཏན་ཆིགས་སུ་བཀོད་པ་རྟགས་སྒྲིན་ཅན་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། རིག་  
 པ་ཅན་པ་ན་རེ། རྟགས་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བས་དམ་བཅའི་སྒྲིན་དུ་སོང་  
 བ་དེ་ཡང་། དཔེར་ན། སྐྱ་རྟག་སྟེ། ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ཉིད་དགག་པའི་བྱིར། ཆད་མ་མདོར། དེ་ནི་དཔེ་ཉིད་  
 མ་སྐྱུངས་དག། །ཆོས་མི་མ་ཐུན་པས་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཅེས་གསུངས་པའི་  
 དོན་འཆད་པ་ནི། སྐྱ་རྟག་སྟེ། ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་པ་འདི་ལ།

མི་རྟག་པ་གཏན་ཆིགས་སུ་བཀོད་པ་དང་ལྟན་པས། སྐྱེ་ལ་རྟག་པ་སྐྱུ་བ་པ་དེ་  
 ལྟར་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་ན། རྟགས་ཀྱིས་དམ་བཅའ་དེ་ན་  
 བསྐྱོག་པར་འགྱུར་ན་ཡང་། སྦྱོར་ངག་འདི་ལ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་སྐྱེ་རྟག་པར་སྐྱུ་བ་པའི་ཆོས་མི་མ་ཐུན་དཔེའི་སྦྱོར་བའི་བྲུ་བ་སྦྱོགས་  
 ཅམ་བསྟན་པ་ཉིད་ལས་དོན་གཞན་ཅི་ཞིག་མཐོང་བ་ཡོད་ཅེས་ཏེ། དེ་ཡང་སྐྱེ་  
 རྟག་སྟེ། ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་འདིས་གང་ཐམས་ཅད་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་མི་རྟག་པས་བྲུ་བ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་བཞིན། སྐྱེ་ཞེས་ཐམས་ཅད་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱེ་རྟག་པར་སྐྱུ་བ་  
 པའི་བྱིར་ཆོས་མི་མ་ཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱུ་བ་ངག་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། ཐམས་ཅད་མ་  
 ཡིན་པ་སྐྱེ་རྟག་པར་སྐྱུ་བ་པའི་གཏན་ཆིགས་སུ་བསྟན་ཅིང་། མི་རྟག་པ་དེ་  
 སྐྱུ་བ་གྱི་གཏན་ཆིགས་སུ་མ་བསྟན་ཞེས་བྲུ་བའི་དོན་ཏོ། །

དེ་ལ་མི་རྟག་པ་གཏན་ཆིགས་སུ་མ་བསྟན་པར་སྐྱུ་བ་པ་ནི། སྐྱེ་རྟག་སྟེ་  
 ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་བྱིར། ཞེས་པའི་ངག་དེས་སྐྱེ་རྟག་པ་དེ་ལ་མི་རྟག་པ་  
 གཏན་ཆིགས་སུ་བཀོད་པ་བྲུ་བ་པའམ། འཕངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྲུ་བ་པར་སྐྱེ་  
 ལ་ནི་གཞན་རྟག་པ་དེ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བརྗོད་ནས་ཐམས་ཅད་མི་  
 རྟག་གོ་ཞེས་པའི་སྦྱོར་བཏང་གི་ཆིག་ནི་དེའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་སྐྱས་པ་  
 ཅམ་ཡིན་པས་ནའོ། །

ཅི་སྟེ་སྐྱེ་ལ་མི་རྟག་པ་རྟགས་སུ་འགོད་འདོད་པ་ཡིན་ན། སྐྱེ་རྟག་ཅེས་  
 དམིགས་ཀྱིས་བསལ་ནས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅེས་པའི་སྦྱོར་བཏང་གི་ཆིག་

རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ལ་འབྲས་བུ་འདྲ་ཅི་ཞིག་ཡོད། སྐྱེ་ཏྲག་སྟེ་མི་ཏྲག་པའི་བྱིར་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་རིགས་སོ། །དེའི་བྱིར། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མདོའི་རང་འགྲེལ་  
 དུ། གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་ལ་གནས་པ་ཡི་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་གྱིས་སེལ་བར་བྱེད་ན་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ན། ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པ་བརྗོད་པ་ན། འདི་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེའི་  
 སྟོར་བ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པར་སྐྱབ་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་  
 སྟོར་བ་དེས་སྐྱེ་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཏྲགས་སུ་དོན་  
 གྱིས་འཕངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་ལས་ཡུལ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མི་ཏྲག་པ་  
 དང་འགཤམ་བ་ཏྲག་པས་བྱབ་པར་སྐྱབས་སྐྱེ་ནི། མི་ཏྲག་པ་ལས་གཞན་དུ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་གཏན་ཆོགས་སུ་བཀོད་པ་ཏྲགས་  
 སྟོན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་ལ། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཅམ་སྐྱེ་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 ཏྲགས་སྟོན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་དང་། སྐྱེ་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་ཏྲགས་སྟོན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེས་ན་དེའི་ལྟ་བུའི་སྟོར་  
 བ་དེས་སྐྱེ་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཏྲགས་སུ་འཕངས་པ་  
 ཡིན་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་སྐྱེ་ལ་མ་བྱབ་པའི་སྟོན་པ་ཏྲགས་སྟོན་ཅན་  
 དུ་སོང་བ་ཡིན་གྱི། དེ་ཉིད་དམ་བཅའི་སྟོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་  
 པ་སྐྱེ་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པའི་མ་བྱབ་པའི་ཏྲགས་སུ་ངི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྐྱེ་ཏྲག་  
 པར་བསྐྱབ་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྟོགས་གྱི་ཆོས་སུ་འཐད་པ་

མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར། ཐམས་ཅད་ཅེས་པའི་སྤྱི་དེ་ནི་བྱད་པར་སྐྱ་མི་  
སྤོང་བས་སྐྱ་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྐྱ་དེ་  
ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ན། སྐྱ་ཡང་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ངག་དོན་ནི། ཞེས་བྱ་ཚེས་ཅན། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་དེ་སྐྱ་རྟག་པར་  
སྐྱབ་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཚེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ན། སྐྱ་མ་ཡིན་  
དགོས་པའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་རྟགས་མ་བྱུབ་སྟེ། ཞིང་ཤ་པ་ཁོ་ན་ཞིང་མིན་  
ནོ། །ཞེས་པས་སྤྱིས་བྱད་པར་སྤངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྱིས་བྱད་  
པར་སྤངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། དཔེར་ན། སྐྱབས་འགར་ཞིང་ཤ་པ་ཉིད་  
ནི་ཞིང་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་ཚིག་དེས་ཞིང་གི་སྤྱི་སྐྱ་ཤ་པ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པ་  
བཀག་པ་ཅམ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། སྐྱ་ཁོ་ན་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་  
པ་ན་ཡང་། ཐམས་ཅད་ཅེས་པའི་མཉན་བྱ་དེ་སྐྱ་གཅིག་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་  
འགོག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཅམ་གྱིས་སྐྱ་ནི་ཐམས་ཅད་ཁོངས་སུ་འདུ་  
བ་མིན་པ་མིན་ཏེ། གལ་ཏེ་སྐྱ་ཁོ་ན་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱ་ཐད་  
ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་དེ་མེད་ན་བྱད་པར་ཀྱན་ཐམས་ཅད་དེའི་ཁོངས་སུ་འདུ་  
བ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤངས་པར་འགྱུར་  
རོ། །

འདི་ནི་འགྲེལ་བྱེད་གཞན་དག་གི་བཤད་ལུགས་ཡིན་ལ། རྒྱན་མཁན་  
པོ་ལྟར་ན། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱས་ནི་མ་ལུས་པ་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། སྐྱ་ནི་  
སྤྱོད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་ན་སྐྱ་

ལས་གཞན་པའི་བྱང་པར་ཀུན་གྱི་ཐམས་ཅད་དེར་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 རྩོགས་རེ་བ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་ཚང་བ་དེར་མེད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །ཞེས་  
 འཆད་ལ། འདི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ། ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དུ།  
 གང་གི་ཆེ་འདི་རྩོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན།  
 དེ་ལྟ་ཡིན་ན་གཞན་ཡང་རྩོགས་གཅིག་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའི་  
 སྒྲིབ། ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་སྐྱ་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་སྒྲིབ་ཅན་  
 དུ་བསྟན་པ་ལ། དངོས་དང་ཚེད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། གཤམ་ཏེ་ཐམས་  
 ཅད་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཞེས་པས་ནི་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱ་མ་ཡིན་  
 ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ལ་བསམས་པ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་རྟགས་ཡིན་ནོ། །ཞེ་  
 བ། དེ་ལ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ། ཅི་སྟེ་སྐྱ་མ་གཏོགས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མིན་ལ།  
 སྐྱ་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། དེ་ཡང་དམ་བཅའ་བའི་རྩོགས་  
 གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་དོན་  
 འཆད་པ་ནི། དེ་ལྟར་ན་སྐྱ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྟགས་སུ་འགྱུར་ལ། དེ་ནི་སྐྱ་ཉིད་  
 རྟགས་སུ་བཀོད་པ་དང་། བྱང་པར་མེད་པས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཅན་  
 སྐྱ་རང་ཉིད་སྐྱ་རྟག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྩོག་པ་གཏན་ཆིགས་སུ་དངོས་སུ་བཀོད་པར་གྱུར་པ་ནི་ཤེས་བྱེད་ཡང་  
 དག་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་སྒྲིབ། དེར་ཐལ། རྟགས་ཡང་དག་གི་ཤེས་བྱ་ཤེས་



བྱེད་སོགས་ཏྲགས་ཆོས་དོན་གསུམ་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་སྐྱབས་མི་ཏྲག་པའི་དངོས་པོ་  
ཀུན་ལ་ཆོས་དང་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་མེད་པའི་བྱིར། རང་  
བཞིན་གྱི་ཏྲགས་ཀུན་ལ་གཞི་ཏྲགས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པ་  
མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། མཚུངས་པ་མིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཕྱོག་པ་བྱེད་  
པར་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན། སྐབས་གཞན་དུ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་དང་  
གཞན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་འགོག་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་དངོས་པོ་སྐྱབས་མི་  
ཏྲག་པ་གསུམ་ཐ་དད་པའི་ཆ་དང་། ཆོས་ཆོས་ཅན་ཐ་དད་པའི་ཆ་རྣམས་  
ཆོས་ཅན། བྱིར་ལ་རྫས་དེ་ཉིད་དང་རྫས་གཞན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་འགོག་པར་  
འགྱུར་བ་རིགས་ཏེ། བྱིར་དོན་དམ་པར་ནི་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་བྱས་མི་ཏྲག་དེ་  
ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རྫས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱབས་མི་ཏྲག་པ་  
རྣམས་ལ་དཔག་བྱ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་དོན་གྱི་ཐ་སྙད་གནས་པ་འདི་ནི།  
རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་བཏྲགས་པ་  
ཡིན་པས་ཀུན་རྫོབ་པ་ཅམ་དུ་འཐད་དོ། །

འོ་ན་ཏྲགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མཆོན་ལ་མི་བསྐྱབས་བར་རི་ལྟར་འགྱུར་  
ཞེ་ན། ཆོས་ཆོས་ཅན་ཐ་དད་པའི་སྐྱོད་གཤིག་ཐ་སྙད་འདི་ཆོས་ཅན། དོན་རང་  
མཆོན་ལ་བསྐྱབས་པའི་སྐྱོན་མེད་དེ། བདག་ཉིད་ཅི་ལྟ་བའི་དངོས་པོ་ཡུལ་དུས་  
རང་བཞིན་མ་འདྲེས་པར་ཐ་དད་དུ་གནས་པའི་རང་མཆོན་གྱི་མཐར་ཐུག་

ཅིང་དེ་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བའི་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ལ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ཐ་དད་  
 བར་སྒྲུང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ནི། ཁྱོད་འཇུག་པའི་རྟོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
 བྱས་པས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་རྣམས་གྱི་  
 རྟགས་ཆོས་དོན་གསུམ་ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པའི་བྱད་པར་ཡོད་ལ་སྐྱ་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་འདི་ནི་ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་གཉིས་ལྟོག་པ་  
 ཐ་དད་པའི་ཐ་སྙད་གྱིས་བཞག་པ་དོན་སྤྱི་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྟོ་དང་འབྲེལ་བ་  
 མེད་པ་ཅན་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བྱས་པ་དེས་ན་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་  
 སུ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་སྟེ། བདག་ཉིད་ཅི་ལྟའི་ཞེས་སོགས་གྱི་  
 ཞོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ནི། ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་ཐ་དད་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་པར་བརྟགས་པ་  
 ཡིན་ན། ཤེས་པ་ངེ་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་ཅེས་འདྲི་  
 བའི་ལན་དུ། མ་གྲུས་རྟག་པ་སོགས་ལས་ཐ་དད་པའི་སྐྱ་རང་མཆོན་གྱི་  
 མཐར་ཐུག་པའི་སྟོ་ནས་མ་གྲུས་རྟག་པ་སོགས་ལས་ལོག་པའི་ལྟོག་པ་ཐ་  
 དད་པར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུང་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་དང་ཆོས་  
 ཅན་སོགས་གྱི་ཐ་སྙད་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་བཤད་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཤིང་།  
 སྐྱ་མ་ནི་འབྲེལ་བ་དག་གི་ལུགས་བརྗོད་པ་ཅུ་མ་མོ། །དེས་ན་ཞེས་སོགས་  
 ཀྱང་པ་གཉིས་དོན་བསྐྱུ་དང་། དཔེར་ན་ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་གཉིས་དེའི་དཔེ་  
 ལྟོན་པ་དང་། ལྷོགས་ཞེས་སོགས་དཔེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚིང་སྟོང་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྒྱན་  
 མཁན་པོ་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་། དེས་ན་ཞེས་སོགས་ནི། གྲུན་ལས་བརྟུས་གྱི་རང་

འགྲེལ་དུ་གསུངས་པའི་ཚུད་སྒྲིང་གཞན་གྱི་དོན་འཆད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
རང་འགྲེལ་དུ། འོན་ཏེ་ཡང་འདུས་པ་རྣམས་ནི། འདུས་པ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་  
པ་ཡིན་ཏེ། འདུས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱིས་ན་  
སྤྱོད་གས་གཅིག་གཏན་ཆོག་ལས་ཡིན་པར་མཐོང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་  
ནི་མི་རྟག་ཏེ། འདུས་བྱས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེ་ན། འདིར་  
འདུས་པ་དང་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་དམ་བཅའ་བའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་  
མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་དང་།  
འདུས་བྱས་ཀྱི་སྤྱོད་གས་གཅིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་གཞུང་  
འཇུགས་པ་ཡིན་ལ། སློབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སྒོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་  
དོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་གལ་ཏེ་གྲངས་ཅན་གྱིས་འདུས་བསགས་རྣམས་གཞན་  
དོན་བྱེད་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་འདུས་བསགས་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་འདིར་འགལ་  
རྟགས་ཡིན་པས་སྤྱོད་གས་ཆོས་བྱུང་པར་བྱེད་རང་གིས་སྒྲིས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་  
འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅེས་པའི་བྱེད་རང་གི་དམ་བཅའ་འདི་ཉིད་  
སྐྱབ་པ་ལ་འདུས་བྱས་ཉིད་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཇི་  
ལྟར་གཞི་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པ་མ་བྱུང་བའི་རྟགས་སུ་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་དག་  
ལ་ཡང་གྲངས་ཅན་གྱིས་འདུས་བསགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མིག་ལ་སོགས་པ་ཆོས་  
ཅན་དུ་གཞུང་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་མི་རྟག་  
པར་སྐྱབ་པའི་ཆོལ་ཡང་། འདུས་བྱས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཞིག་ཆོས་ཅན་དུ་འཛིན་  
གྱི། འདུས་བྱས་ཅམ་ཆོས་ཅན་དུ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུད་གཞིར་མ་འདུས་

པའི་དཔེ་མི་ཉིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་རྟགས་སྤྱོད་དེ་དག་ལ་ཡང་ཆོས་ཅན་ནི་བྱེ་བྲག་དང་། རྟགས་  
ནི་སྤྱི་ཡིན་པས་ཕྱོག་པའི་ཆོས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཉིད་  
དུ་འཐད་ཀྱི། གཞི་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པའི་མ་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདུས་བྱས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་ནས། དེ་ཉིད་མི་རྟག་པར་  
བསྐྱབ་པ་ལ་འདུས་བྱས་ཅམ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་  
དཔེར་ན་ཚྱལ་བྱུང་གི་སྐྱ་ནི་མི་རྟག་སྟེ་ཚྱལ་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་  
བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཡང་ཚྱལ་བྱུང་སྐྱའི་བྱུང་པར་བྱེད་ཆོས་སུ་སྐྱར་  
ནས་ཆོས་ཅན་དུ་གཟུང་ཞིང་། སྐར་ཡང་དེ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་སུ་བཀོད་པའི་  
སྤྱིར། དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་རྟགས་སུ་བཀོད་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན།  
ཚྱལ་བྱུང་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཚྱལ་བྱུང་གི་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ཡན་ལག་གམ། བྱུང་པར་བྱེད་ཆོས་སུ་སྐྱར་ནའང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོས་ཅན་  
དང་ཐ་དད་མ་གྲུབ་པ་མིན་ཏེ། ཁྱོད་ཚྱལ་བྱུང་གི་སྐྱ་དང་ཕྱོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་  
པ་ལ་ཆད་མས་གཞོད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་གོང་བུ་རྩ་ཅན་འདི་རྩ་ཅན་  
ཉིད་སྤྱིར་རྟག་མིན་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ན་ཞེས་པ་རྟག་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལ། རྒྱན་མཁན་པོ་ན་རེ། ཚྱལ་  
བྱུང་དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན། སྐྱའི་བྱུང་པར་ཡིན་པ་ལས་ཡང་ན་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་  
དཔག་གི་འཇལ་བའི་དུས་སུ་སྐྱའི་ཡན་ལག་གམ། བྱུང་པར་བྱེད་ཆོས་མ་  
ཡིན་ཏེ། སྐར་ཕྱོགས་ཆོས་འཇལ་བའི་དུས་སུ་ཚྱལ་བྱུང་དེས་ཚྱལ་བ་ལས་



བྱང་བའི་སྐྱ་དེ་མཚོན་ཅིང་རྟོགས་པའི་བྱ་བ་བྱས་ནས་བྱིས་བསྐྱབ་བྱ་འཇལ་  
བའི་ཆོ། བྱ་བ་དེ་ཉིད་ལྷོག་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། ལྷས་བྱིན་གྱི་བྱིས་གང་ཡིན་  
ཞེས་བྱིས་པ་ན། གང་ན་བྱ་རོག་སྐྱོབ་པའི་ཞེས་བརྗོད་པ་ན། བྱ་རོག་  
གིས་ལྷས་བྱིན་གྱི་བྱིས་མཚོན་པར་བྱས་ནས་བྱིས་བྱ་རོག་མེད་ཀྱང་ལྷས་  
བྱིན་གྱིས་བྱིས་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ། ཅོལ་བྱང་གིས་སྤར་ཕྱོགས་ཆོས་འཇལ་  
བའི་དུས་སུ་ཅོལ་བ་ལས་བྱང་བའི་སྐྱ་དེ་ལྷ་ཀན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ལས་  
བྱང་བར་མཚོན་པར་བྱས་ནས། བྱིས་བསྐྱབ་བྱ་འཇལ་བའི་ཆོ་མཚོན་པའི་  
བྱ་བ་མི་བྱེད་པས། དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ལན་གཞན་ཡིན་  
ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་ནི་མི་འབྲད་དེ། ཅོད་ལན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། དཔེ་དོན་  
ཆོས་མཐུན་མེད་པའི་བྱིར་དང་། དོན་ལ་ཆད་མས་གཞོད་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར་  
རོ། ཅོད་ལན་རི་ལྟར་མ་འབྲེལ་ཞེ་ན། ཁོས་ཅོལ་བྱང་གི་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
སྐྱབ་པ་ལ་ཅོལ་བྱང་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆོ་ན། ཅོལ་བྱང་དེ་ཉིད་ཕྱོགས་གྱི་  
ཡན་ལག་ཡིན་པའི་བྱིར། དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་རྟགས་སུ་འགྱུར་  
རོ། ཞེས་པའི་ལན་དུ། ཅོལ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་རྗེས་དཔག་གིས་འཇལ་བའི་ཆོ།  
ཅོལ་བྱང་དེ་ཉིད་ཕྱོགས་གྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པས། རྒྱུན་མེད་ཅེས་པའི་ལན་  
བཏབ་པའི་བྱིར་རོ། འདི་ནི་འབྲེལ་མེད་གྱི་ལན་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱབ་པ་  
བྱས་པ་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་བྱི་ཁྱོལ་གྱི་རོར་སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཕྱོགས་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་གྱི་བྱི་ཁྱོལ་གྱི་རྗེས་དཔག་གིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་འཇལ་



བའི་ཆེན་སྒྲུ་མི་རྟག་པ་སྟོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བརྗོད་ན་ལན་ཅི་ཞིག་  
ཡོད། དཔེ་དོན་ཆོས་མཐུན་ཇི་ལྟར་མེད་ཅེ་ན། དཔེ་དོན་དེ་གཉིས་ཀྱང་ཆོས་  
མཆུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚེས་བཤམས་བྱུང་བའི་སྒྲུ་ནི་ཚེས་བྱུང་གི་རྗེས་ཀྱི་ངོ་  
བོར་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་དང་། ལྟས་བྱིན་གྱི་བྲིམ་ནི་བྱ་རྟོག་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་  
སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཚེས་བྱུང་ཚེས་བཤམས་བྱུང་བའི་སྒྲུ་འབྱུང་ཆོས་སུ་འབྱུར་  
ཚུལ་དང་། བྱ་རྟོག་ལྟས་བྱིན་གྱི་བྲིམ་གྱི་བྱུང་ཆོས་སུ་འབྱུར་ཚུལ་ནི། རྣམ་  
པ་ཀུན་ཏུ་མཆུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་རྟོག་གི་ལྟས་བྱིན་གྱི་བྲིམ་གྱི་གནས་  
སྐབས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་དོན་གཞན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་ལ་ཆད་མའི་གཞོན་  
བྱེད་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། ཚེས་བཤམས་བྱུང་བའི་སྒྲུ་མི་རྟག་པར་རྗེས་དཔག་  
གིས་འཇལ་བའི་དུས་སུ་ཚེས་བྱུང་དེ་སྒྲུ་འབྱུང་པར་བྱེད་ཆོས་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི། ཆད་མས་གཞོན་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
དེའི་ཆེ་རྗེས་དཔག་དེས་ཚེས་བཤམས་བྱུང་བས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲུ་མི་  
རྟག་པ་གཞལ་ལམ། འོན་ཏེ་དེས་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་སྒྲུ་ཅམ་ཞིག་མི་  
རྟག་པར་གཞལ། དང་པོ་ལྟར་ན་ཁས་སྒྲངས་དངོས་སུ་འགལ་བར་འབྱུར་  
རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། སྒྲུ་མི་རྟག་པར་འཇལ་བའི་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་དེས།  
འདུས་བྱས་ཅམ་མི་རྟག་པར་འཇལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་ན་ལན་ཅི་ཞིག་  
ཡོད་སོམས་ཞིག།

གཞན་ཡང་གོང་བུ་རྩ་ཅན་རྟ་མ་ཡིན་པར་འཇལ་བའི་རྗེས་དཔག་དེས་

ཀྱང་། ཁྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་གོང་བྱ་ཅམ་རྟ་མ་ཡིན་པར་འཇལ་བ་ཉིད་དུ་  
 ཐལ་ལོ། །སློབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་ན་རེ། གོས་དཀར་པོ་ཅན་ཁྱིད་དེ་ཤོག།  
 ཅས་པ་ན། གོས་དཀར་གྱི་ཁྱིད་བྱའི་སྐྱེས་བུ་མཆོན་པར་བྱས་ཀྱང་། ཁྱིད་  
 ཡོང་བའི་བྱ་བའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གོས་དཀར་འོང་ངམ་མི་  
 ཡོང་ཡང་སྤེའི་སྐྱེས་བུ་ཉིད་མངོན་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱ་མི་རྟག་པ་  
 མཆོན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་སྐྱ་  
 མི་རྟག་པ་ཅམ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་  
 བ་ནི། དམ་བཅའི་སྟོགས་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱའི་ནང་དུ་མི་འདུ་བའི་  
 སྤྱིར། ཞེས་ཟེར་རོ། །རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན་དུ་གཟུང་བའི་ཆེ་ན།  
 ལྷེ་རྟ་སོགས་གྱི་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་ན། དེའི་ཆེ་སྐྱའི་ཁྱད་པར་དུ་གྱུར་བའི་རྩོལ་  
 བྱུང་བསྐྱབ་བྱའི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པར་འགལ། མ་ཡིན་ན་ཡན་ལག་  
 རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་ལས་གཞན་དུ་དམ་བཅའ་བ་ལ། མངོན་སུམ་གྱིས་  
 མཐོང་རུང་བསྐྱབ་བྱའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་།  
 ལྷེད་སོགས་ཆོས་གསུམ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ཡན་  
 ལག་རྣམས་ལས་རྫས་གཞན་དུ་དམ་བཅས་པ་ལ། ལྷེད་སོགས་ཆོས་གསུམ་  
 བསྐྱབ་བྱའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་གྱི་ཁྱད་པར་དུ་འདོད་དགོས་པར་  
 བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཉམས་པར་འགྱུར་བས། གྲེ་བྲག་པའི་དམ་བཅའ་དེ་དག་

ལ་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་སེལ་བ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་ཇི་ཙམ་ཞིག་བསྟན་  
པ་ཐམས་ཅད་སྦྲར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་པར་བྱས་པའི་སྒོ་ནས་བདག་ཉིད་  
ཆེན་པོ་ནང་འགལ་བའི་ཁུར་གྱིས་ངལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་བས་ན་ཁོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་འཆད་དེ། འདིར་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ནི།  
ལྷེ་ཁྱེན་སོགས་ཀྱི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཙམ་དང་། རྒྱུས་བྱའི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་  
བྱུང་བ་ཀྱན་ལ་བྱུན་མོང་དུ་རྗེས་འགོ་བྱེད་པའི་ཚྱུ་ལ་བྱུང་གཉིས་ལས། དང་  
པོ་ནི། ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་པའི་ཆེ་ན། ལྷོགས་ཀྱི་ཡན་  
ལག་ཡིན་ནའང་། ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་ཚྱུ་ལ་བྱུང་དང་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་  
པས། གཞི་ཏྲགས་ཐ་དད་མེད་པའི་སྒྱུ་མེད་ཅེས་སྟོན་པ་ནི། ལྷོགས་ཡན་  
ལག་ནའང་ཞེས་སོགས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལས་ཡང་ན་རྒྱུས་བྱའི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཀྱན་ལ་བྱུན་  
མོང་དུ་རྗེས་འགོ་བྱེད་པའི་ཚྱུ་ལ་བྱུང་ཙམ་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཏྲགས་ཀྱིས་ལྷེ་ཁྱེན་  
སོགས་ཀྱི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་མི་ཏྲག་པར་ཏྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
བསྐྱེད་ནས། དེ་ཉིད་ཏྲག་འཛིན་གྱི་སྒོ་འདོགས་ལྷོག་པའི་བྱིར། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
ཡན་ལག་ཡིན་གྱི། ལྷེ་ཁྱེན་སོགས་ཀྱི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་མི་ཏྲག་པར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དུས་སུ་ལྷོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་མིན་ནོ། །

དེས་ན་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་དུ་སྦྲར་བའི་ཚྱུ་ལ་བྱུང་ནི། ལྷེ་ཁྱེན་  
སོགས་ཀྱི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཙམ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཆེ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་  
པའི་ཚྱུ་ལ་བྱུང་དེ་ནི། རྒྱུས་བྱའི་ཚྱུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཀྱན་ལ་བྱུན་མོང་དུ་རྗེས་

འགོ་བྱེད་པའི་ཚེ་ལ་བྱུང་ཅམ་ཡིན་པས་ཕྱོག་པའི་ཆོས་ཐ་དད་པའི་བྱིར།  
ཚེ་ལ་བྱུང་གི་སྐྱེ་མི་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་བྱུང་པར་ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཏྲགས་  
སུ་བཀོད་པ་ཡང་དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་དོན་དུ་  
འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་རྟེན་པ་ཐ་མ་གཉིས་ནི་འདི་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་  
ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱེ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པས་དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་མ་བྱུབ་པའི་ཏྲགས་སུ་འགྱུར་ན། སྐྱེ་ཏྲག་པར་  
སྐྱབ་པ་ལ་མཉན་བྱ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པ་ཡང་དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་མ་བྱུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་སྐྱབ་ལ་བྱུང་པར་མཉན་  
བྱ་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པ་ཡང་། དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏྲགས་སུ་བཀོད་པའི་  
དོན་དུ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་དང་མཉན་བྱ་ཕྱོག་པའི་ཆོས་ཐ་དད་པའི་བྱིར།

དངོས་བསྟན་ཏྲགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དངོས་བསྟན་ཏྲགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བཤད་པ་ནི། ཆོད་མ་  
མདོར། གང་བྱིར་གཏན་ཆིགས་དག་དང་ནི། དེར་སྒྲུང་པལ་ཆེར་ཕྱོགས་  
ཆོས་ཉིད། །དེས་ན་གཏན་ཆིགས་སོགས་དོན་གྱི། །སྒོན་དུ་དེ་དབྱེ་བསྟན་  
པར་བྱ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་དོན་འཆད་པ་ལ། ཕྱོགས་ཆོས་རབ་  
དབྱེ་བཤད་པའི་དགོས་པ་སྦྱིར་བསྟན། ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ཆིག་ལ་ཚོད་པ་སྤང་།  
ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་དགྲུང་བྱེ་བའི་དགོས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །

ཕྱོགས་ཆོས་རབ་དབྱེ་བཤད་པའི་དགོས་པ་སྦྱིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར། སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས། བསྐྱབ་བྱ་  
བཤད་ཟིན་པའི་འོག་ཏུ། ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་  
བཤད་ཅེ་ན། སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་འཆད་  
པའི་སྐབས་སུ། ཕྱོགས་ཆོས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡིས། །མདོར་བསྡུས་པ་འདི་  
གསུངས་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བའི་དོན་སྐྱབ་ངག་སོ་སོས་བརྗོད་བདེ་བར་གཟུང་བ་བྱུང་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ཆིག་ལ་ཅོད་པ་སྤང་བ།

གཉིས་པ་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ཆིག་ལ་ཅོད་པ་སྤང་བ་ནི། འདིར་ཕྱོགས་ནི་  
ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆིགས་དོན་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་དེའི་ཆོས་གཏན་  
ཆིགས་ཡིན་ན་ཆོགས་པ་དེ་མ་བྱུང་ན། གཏན་ཆིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་  
བྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བྱུང་ན་གཏན་ཆིགས་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཕྱོགས་  
ཀྱི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་འདི་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། འདིར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་ནི་  
ཞེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་འཇུག་ལ། དེའི་དགོས་པ་ཡང་  
སྤང་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྟགས་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་བྱེད་ཆོས་སུ་  
འགྱུར་བས། ཆོས་གཞན་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཆོས་  
ཅན་ལས་གཞན་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་བྱང་  
པར་བྱེད་ཆོས་ཀྱིས་གཞན་ལྟར་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་ཚུལ་ཁོ་ནར་བྱང་པར་དུ་བྱེད་



ན། སྟོན་དེར་འགྱུར་ན་ཡང་། རྣམ་གཅོད་ནི་དུ་མ་ཞིག་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་  
གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཆིག་སྟངས་སྒྱུར་ས་ཐ་དད་པར་བྱེད་པས་རྣམ་  
གཅོད་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །

རི་ལྟར་ན། སྒྲ་བྲས་པ་ཁོ་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཆིག་སྟངས་དེ་བྱུང་པར་དག་  
དང་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པས། སྒྲ་ལ་བྲས་པ་མི་ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པར་བྱེད་  
ལ། སྒྲ་ཁོ་ན་བྲས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆིག་སྟངས་དེ་བྱུང་པར་ཅན་དག་དང་ལྟན་ཅིག་  
བརྗོད་པས་བྲས་པ་སྒྲ་ལས་གཞན་ལ་ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པར་བྱེད་ཅིང་།  
བ་བས་བེད་འབྱུང་བ་སྤིང་བ་ཁོ་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆིག་སྟངས་དེ་དང་བྲ་བ་དག་  
ནི་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པས་ཤིན་ཏུ་མི་སྤིང་རྣམ་གཅོད་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལ་ངེས་གཟུངས་དོན་ནི་བྱུང་པར་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཆིག་  
གིས་སྟོན་པར་བྱེད་ལ། ཆིག་སྟངས་ཀྱིས་ནི་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཅམ་ཡིན་  
པས་ཆིག་སྟངས་དེ་དངོས་སུ་སྒྱུར་བ་མེད་ཀྱང་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དབང་ལས།  
ངེས་གཟུང་དེའི་དོན་རྣམ་གཅོད་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་  
ན། དག་རྣམས་ནི་སྒྲ་བ་པོའི་འདོད་པས་དམིགས་པའི་འགལ་ཟླ་རྣམ་པར་  
གཅོད་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཆིག་སྟངས་དངོས་སུ་མ་སྒྱུར་  
ཡང་རྣམ་གཅོད་གསུམ་རྟོགས་པ་ཡང་རིམ་པ་བཞིན། དཔེར་བརྗོད་ན་ནག་  
པ་འཕོང་རྒྱན་ཞེས་པའམ། སྤིང་སྒྲུབ་འཕོང་རྒྱན་ཞེས་པའམ། སྟོན་པོ་མཚོ་  
སྤྱེས་ལ་སྤིང་པར་འགྱུར་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །

དཔེ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་པ་ནི། ནག་པ་ལ་འཕོང་རྒྱན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་དམ་

སྐྱུ་ལྟ་ཞེས་པར་འདོད་ནས་ངེས་པ་ནག་པ་འཕོང་རྒྱུ་ཞེ་བརྗོད་པ་དེར་  
 ཡང་འདོད་པས་བརྗོད་པའི་སྐྱེ་དེ་ནི། རྒྱལ་པ་ལ་འཕོང་རྒྱུ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཡོད་པ་གོ་བར་བྱེད་འདོད་པ་ཙམ་གྱི་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་སྟེ་  
 ཆོས་གསུམ་ཆང་བའི་བྱིར། སྤྱི་སྐྱུ་ལས་གཞན་པའི་འཕོང་རྒྱུ་པ་ཡོད་  
 མེད་ཞེས་པར་འདོད་ནས་ངེས་པ་ན། སྤྱི་སྐྱུ་ལས་འཕོང་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 དེར་ཡང་འདོད་པས་དམིགས་པའི་སྐྱེ་སྤྱི་སྐྱུ་ལས་འཕོང་རྒྱུ་པ་གཞན་  
 ཡོད་པ་རྣམས་པར་གཙོད་པའི་དོན་རྣམས་ལ་ནི་རྟོགས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྤྱི་སྐྱུ་ལས་འཕོང་རྒྱུ་པ་གཞན་མེད་པ་དེ་ལྟར་འཛིག་རྟོག་ན་གྲགས་པ་  
 དང་། ཉན་པ་པོས་དོན་དེ་ཉིད་ཞེས་པར་འདོད་ནས་ངེས་པའི་སྐྱུ་ལས་སྟོབས་  
 ཀྱི་རྒྱས་པ་དང་སྐྱེ་དེ་ནི། སྤྱི་སྐྱུ་ལས་འཕོང་རྒྱུ་པ་གཞན་མེད་པར་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་སྟེ་ཆོས་གསུམ་ཆང་བའི་བྱིར། མཆོ་སྐྱེས་  
 སྟོན་པོ་སྤྱི་བམ་མི་སྤྱི་ཅས་ཞེས་པར་འདོད་ནས་དམིགས་པའི་སྐྱེ་མཆོ་  
 སྐྱེས་སྟོན་པོ་མི་སྤྱི་པ་རྣམས་པར་གཙོད་པའི་དོན་རྣམས་ལ་ནི་རྟོགས་པ་  
 སྐྱེས་བར་འགྱུར་ཏེ། མཆོ་སྐྱེས་པལ་ཆེར་དཀར་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ལྟ་གྲགས་  
 པ་དང་། ཉན་པ་པོས་མཆོ་སྐྱེས་སྟོན་པོ་སྤྱི་མི་སྤྱི་ཞེས་པར་འདོད་ནས་  
 ངེས་པའི་སྐྱུ་ལས་སྟོབས་ཀྱི་རྒྱས་པ་དང་། སྐྱེ་དེ་ནི་མཆོ་སྐྱེས་སྟོན་པོ་སྤྱི་པ་  
 ཙམ་ཞེས་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་ཆོས་གསུམ་ཆང་བའི་  
 བྱིར། གཞན་དག་གིས་སྐྱུ་ལས་འདིར་འཆད་ཚུལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་བྱས་  
 མོད་ཡི་གེ་མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་བྲིས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེས་ན་ཆོས་ཅན་སྐྱ་དེ་  
ཉགས་ཀྱིས་མི་ལྟན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། སྐྱ་དེའི་བྱུང་པར་ཅན་ཀྱི་ཆོས་བྱས་པ་དཔེ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་  
སྐྱོན་བརྟན་པ་མིན་ནོ། །

ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་དགུར་སྤེ་བའི་དགོས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་དགུར་སྤེ་བའི་དགོས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་  
པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྤྱི་དོན་  
དང་། གཞུང་གི་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས།  
ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་ཀྱི་སྦྱོར་བ་དགུར་སྤེ་བ་ནི། སྐྱ་ཆོས་ཅན་མི་ཉགས་སྟེ། བྱས་  
པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་དང་། རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཐོས་པའི་ཉན་ཤེས་ཆོས་ཅན། མི་  
ཉགས་སྟེ། ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་སྟེ། རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུའི་  
ཉགས་ཡང་དག་གཉིས་དང་། དེ་དག་གི་བསྐྱོག་ཕྱོགས་སུ་བྱུར་པའི་འགལ་  
ཉགས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་གཉིས་དང་། སྐྱ་ཆོས་ཅན། ཉགས་སྟེ། གཞུང་བྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་པ་དང་། སྐྱ་ཆོས་ཅན་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་སྟེ། མི་ཉགས་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་པ་དང་། སྐྱ་ཆོས་ཅན། ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་སྟེ། མི་ཉགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
པ་དང་། འབྱུང་བཞིའི་རྒྱལ་སྟན་ཆོས་ཅན། ཉགས་སྟེ། རིག་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་པ་སྟེ། བྱན་མོང་གི་མ་ངེས་པའི་ཉགས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་བཞི་དང་། སྐྱ་ཆོས་

ཅན། ཉག་སྟེ། མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་  
ངེས་པའི་ཉག་ས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་སྟེ། དགུ་པོ་རྣམས་སོ། །

འདི་ལྟར་སྟེ་བའི་དགོས་པ་ནི། འབྲས་རང་གི་གཏན་ཆིགས་གཉིས་ཀྱི་  
རྗེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པ་དངོས་པོའི་དབང་  
གིས་ངེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། འབྲས་རང་གི་སྒྲོར་བ་གཉིས་  
གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་འདོད་པ་ཙམ་  
གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ན། འགལ་ཉག་ས་འདི་དག་ཀྱང་འདོད་པའི་དབང་གིས་  
ཉག་ས་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་དགོས་ན་ཡང་། འདི་དག་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་  
བྱུང་བ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྗེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་གི་བྱུང་བ་ངེས་པ་མེད་ན་  
མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བསྟན་པའི་  
བྱིར། འགལ་ཉག་ས་གཉིས་སྒྲོས་སོ། །

འབྲས་རང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོག་པ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་གྲུབ་པར་བསྟན་  
པའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱ་བྱེད་མ་དམིགས་པ་ཡང་ཉག་ས་ཡང་དག་ཡིན་  
པར་བདེ་སྟེ། ཉག་ཏུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བས་དེའི་བྱིར། ཉག་ས་ཡང་དག་གི་མཆོན་  
གཞི་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པ་གསུམ་ཏུ་ངེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཏུ་ཕྱོགས་  
ཆོས་ཅན་བཞི་པོ་དེ་ཉིད་གསུངས་སོ། །

ཕྱོག་བྱེད་གཅིག་ཏུ་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་དང་རྗེས་བྱེད་  
གཅིག་ཏུ་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་དགག་པའི་ཆེད་ཏུ་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་ཕྱོག་པན་ཚུན་མ་འབྲེལ་བར་བསྐྱབས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་

གྱི་གཏུན་ཆོགས་གཞིར་བྱས་ནས་བསྐྱབས་པས་རྟགས་ཡང་དག་དུ་མཚོན་  
 པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་ཚུལ་དེ་ལ་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པར་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་  
 རྟོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲོར་བ་གཉིས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་རྗེས་ཁྱབ་གཅིག་  
 ལུ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་གཞལ་བྱ་དང་ལྗོག་  
 ཁྱབ་གཅིག་ལུ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་མཉན་བྱ་  
 སྒྲོས་སོ། །རྗེས་འགྲོ་བྱུང་ཅམ་དང་། རྗེས་འགྲོ་གཙོ་བོར་གྱུང་པ་དང་། རྗེས་  
 ལྟ་འགྲོ་ལྟོག་ཆ་མཉམ་དུ་གྱུང་པ་ཅམ་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བ་བཀག་ནས་མི་  
 མཐུན་རྟོགས་མཐའ་དག་ལས་ལྟོག་པ་དགོས་པར་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་ཅོད་  
 གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟེང་དུ་མི་མཐུན་རྟོགས་མཐའ་དག་ནམ་པར་བཅད་  
 བརྟགས་གྱི་རྒྱས་ལུལ་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་རྟོགས་ཆོས་ཅན་ལྟག་མ་  
 གསུམ་སྒྲོས་སོ། །

མདོར་ན་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟེང་དུ་སྐབས་གྱི་མི་མཐུན་རྟོགས་  
 མཐའ་དག་ནམ་པར་བཅད་པ་ཉིད་རྟགས་གྱི་རྒྱས་ལུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་  
 དང་། བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཉིད་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཚུལ་  
 གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པ་དང་མཚན་ཉིད་དེ་ལྟར་གྱི་གཏུན་ཆོགས་འབྲས་རང་  
 མ་དམིགས་པ་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པར་ཤེས་པའི་སྒྲོ་ནས་གཏུན་ཆོགས་  
 ཡང་དག་དང་དེའི་བསྐྱོག་བྱ་རྟོགས་གྱི་སྒྲོར་བ་འགོད་པའི་སྐྱབ་དག་གི་དབྱེ་  
 བ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཉིད་རྟོགས་ཆོས་ཅན་དགུར་བྱེ་བའི་དགོས་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དགོས་པ་དེ་ཉིད་མདོར་བསྟན་པ་ནི། རང་



བཞིན་འབྲས་བུ་བྱུང་དོན་དུ་ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་མ་  
 དག་གིས་ནི་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་འབྲས་རང་གི་རྟགས་ཡང་  
 དག་གཉིས་སྟོས་པའི་དགོས་པ་དང་། ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཉན་བྱ་  
 སྟོས་པའི་དགོས་པ་རྣམས་ལ་རྒྱས་བཤད་དངོས་སུ་གསུངས་ཤིང་གཞན་  
 ལྷག་མ་དུག་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ལ་རྒྱས་བཤད་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པ་ནི།  
 གཏན་ཆོགས་ཡང་དག་གཉིས་ཀྱི་དགོས་པ་དངོས་སུ་བཤད་པ་ན། འགལ་  
 རྟགས་གཉིས་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ཡང་ཤྱགས་ལ་རྟགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ལྷོག་བྱུང་གཅིག་དུ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་  
 མཉན་བྱ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ན། རྟགས་ཡང་དག་གི་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་གི་བྱུང་པ་གཉིས་པན་ཚུན་མི་འབྲུལ་བར་བསྐྱབས་པའི་  
 ཤྱགས་ཀྱིས་རྗེས་བྱུང་ཁོ་ན་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་སོགས་དགག་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོས་པའི་ཤྱགས་ཆོས་ཅན་ལྷག་མ་བཞིའི་དགོས་པ་ཡང་བདེ་  
 ལྷག་དུ་རྟགས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་དངོས་སུ་རྒྱས་བཤད་མ་  
 མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ནི། ཤྱགས་ཆོས་ཅན་དགུར་སྤྱེ་བའི་སྐབས་  
 སུ་གཏན་ཆོགས་ཡང་དག་གཉིས་དང་བསྐྱོག་པ་གཉིས་སྟོས་པ་ཆོས་ཅན།  
 དགོས་པ་ཡོད་དེ། རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུའི་རྟགས་གཉིས་དངོས་པོའི་  
 དབང་གིས་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་མི་འབྲུལ་བར་བྱུང་བའི་སྟོན་ས་རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་མཆན་གཞི་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་

དོན་དུ་སྒྲོས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱང་པར་མཉན་བྱ་དང་སྒྲི་གཞལ་བྱ་རྟགས་  
 སུ་བཀོད་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་སྒྲོས་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། རྗེས་  
 བྱལ་འབའ་ཞིག་པ་དང་། སྒྲོག་བྱལ་འབའ་ཞིག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་  
 པར་འདོད་པ་ལ་རྩོད་ཅིང་། སུན་དབྱུང་བའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 རྟགས་ཡང་དག་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྒྲོག་གཉི་ག་བྱལ་དགོས་པས། རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་མཆོན་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་སོ། ཞེས་བསྒྲུབ་པའི་བྱིར་དུ་  
 སྒྲོས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་ཐུན་མོང་གི་མ་ངེས་པའི་གཏན་  
 ཆིགས་གསུམ་སྒྲོས་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། གཏན་ཆིག་ཡང་དག་  
 ན་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ལས་སྒྲོག་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དངོས་སུ་བཀོད་  
 ནས་རྩོད་གཞི་ལ་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་མཐའ་དག་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྟགས་ཀྱི་  
 རུས་ཡུལ་དུ་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲོས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། འབྲས་རང་གི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་  
 དཔེ་གཉིས་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཉན་  
 བྱ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་བཤད། མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་དཔེ་དངོས་སུ་མ་  
 བསྟན་པའི་རྒྱ་མཆོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། རྩོལ་བྱུང་གི་རྟགས་ཀྱིས་  
 འབྲས་རྟགས་ཅམ་མཆོན་རུས་པར་བསྟན། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་རང་  
 བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་མཆོན་རུས་པར་བསྟན། རྟགས་ཀྱི་རབ་  
 དབྱེ་འཆད་ན་མཆོན་ཉིད་གྱང་། འཆད་དགོས་པར་མཚུངས་པའི་རྩོད་པ་  
 སྤང་། རྩོལ་བྱུང་གི་རྟགས་ངེས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་

མཆོན་པའི་དཔེ་ཡང་ཤུགས་ལ་འཕངས་པར་བསྟན། ཏྲགས་ཡང་དག་  
མཆོན་པའི་དཔེ་དེ་གཉི་ག་སྟོས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་གྱི་ཏྲགས་ཉིད་ལས་གཞན་འབྲས་བུའི་ཏྲགས་  
གྱིས་ནི་གོ་བྱ་མཐུན་སྟོགས་ལ་བྱབ་པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་  
འབྲུལ་བ་སྤྱད་པའི་སྤྱིར་དོ། །དེའི་སྤྱིར་འབྲས་ཏྲགས་ཡང་དག་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་སྟོགས་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འབྲུགས་པས་བྱབ་པས་སྟོགས་ཆོས་  
ཅན་གྱི་རབ་དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་འབྲས་ཏྲགས་ཀྱི་དཔེར་སྟོས་པའི་  
ཚོལ་བྱང་གི་ཏྲགས་འདི་ནི། འབྲས་ཏྲགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུན་སྟོགས་ལ་  
འབྲུག་ཚུལ་མཆོན་པར་བྱས་པའི་དཔེ་བྱན་མོང་པར་འཐད་དོ། །

དེ་ཡང་མི་ཏྲག་སྟེ། ཚོལ་བ་ལས་བྱང་བའི་སྤྱིར། ཞེས་པ་ནི། ཏྲགས་ཀྱི་  
སྐྱེ་ངེས་ཅམ་ཡིན་པས་འདིར་འབྲས་ཏྲགས་ཀྱི་དཔེར་སྟོས་པའི་སྤྱིར་བའི་  
དོན་ནི། རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཐོས་པའི་ཉན་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་མི་ཏྲག་པའི་  
སྐྱ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། སྤྱིར་རྒྱུན་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་ཚོལ་བ་ལས་བྱང་བའི་  
ཉན་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའོ། །དེ་ལ་སྤྱོད་པ་བཅུ་དེ། ཏྲགས་འདི་མ་  
ངེས་ཏེ། ཚོལ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཏྲག་པ་སྤར་ཡོད་པ་གསལ་བར་  
བྱས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། སྤར་མེད་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། ཞེ་  
ན། རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཉན་པའི་ཤེས་པ་ནི་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་བཅའ་  
མ་ཐག་གསར་དུ་བྱང་བར་ངེས་པར་མིན་པར་ཐལ། སྤར་ནས་ཏྲག་པར་ཡོད་  
པ་ཡི་སྐྱ་ཐོས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱབ་སྟེ། ཚོལ་བ་དེ་སྐྱ་ཏྲག་པ་ཐོས་པའི་སྐྱིབ་

བྱེད་སེལ་བ་དང་དེ་ཐོས་པའི་རྣ་བའི་དབང་པོ་དང་། སྒྲ་རྟག་པ་རང་གི་ངོ་ཐོ་  
གང་ལ་ཡང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་པན་པ་ཉི་བར་སྒྲོར་བ་མིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་དེས་དུས་རྟག་ཏུ་ཉན་ཤེས་བསྐྱེད་པར་  
ཐལ། དེ་རྟག་པའི་སྒྲ་ཡིན་པ་གང་ཞིག། རྟེན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་འབྲས་བུ་  
བསྐྱེད་ན་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་འབྲས་བུ་མི་བྱེད་པར་འགའ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཉན་པའི་ཤེས་པ་འདི་འདྲ་རེས་འགའ་  
བའི་སྒྲིའི་འབྲས་བུར་བྱལ་པས་བྱལ་པས་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཉན་པའི་ཤེས་པ་  
རང་རྒྱ་མི་རྟག་པའི་སྒྲ་སྟོན་དུ་སོང་བར་སྒྲུབ་པ་ལ་ཚུལ་བྱུང་ཉན་ཤེས་དེ་  
བྱལ་པ་འབྲས་བུ་མེད་པའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་རྟགས་དེས་རིགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཆོས་  
ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་  
ཉིད་ཤུགས་ལ་འཕངས་པས་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྟགས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་དུ་  
སྟོས་མི་དགོས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་རྟགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཤུགས་  
ལ་འཕངས་པའི་རྟགས་དེས་རང་བཞིན་རྟགས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་ཉིད་བྱལ་བྱང་  
དེ་ལས་ཐ་དད་པར་བྱས་པ། དཔེར་སྟོས་པ་ནི་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ།  
འབྲས་རྟགས་ཀྱི་དཔེ་དང་ལྟན་ཅིག་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྟགས་ཀྱི་དཔེར་  
བསྟན་པ་ན་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཐམས་ཅད་མ་སྟུན་སྟོགས་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་  
འཇུག་པ་དེ་འདྲར་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བར་མ་སྟུན་སྟོགས་ལ་བྱལ་བྱེད་དུ་  
འཇུག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱང་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་སྟོས་པ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་ནི། རང་དོན་ལེའུར་  
བརྗོད་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཡང་འདིར་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། གཞན་དུ་ན།  
རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་སྒྲོས་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེ་ན། རང་  
དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བཤད་ཟེན་པའི་དོན་འབྲས་རང་གི་གཏན་ཆིགས་དེ་  
ཉིད་སྐྱབ་ངག་གི་བརྗོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྗོད་བྱེད་སྐྱབ་ངག་གི་སྒྲོར་  
བའི་དབྱེ་བ་རྟགས་པའི་དོན་དུ་བརྗོད་བྱ་འབྲས་རང་གི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་  
མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཙམ་འདིར་བཤད་པ་ཡིན་  
ཏེ། དེས་ན་སྒྲོས་པའི་སྒྲོན་མེད་ཅིང་། རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཚུལ་  
གསུམ་ལ་ནི། སྒར་བཤད་པ་དེས་ལས་ཐ་དད་པ་འདིར་བཤད་དགོས་པ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་མ་བཤད་དོ། །

དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། སྒར་རང་དོན་ལེའུར་འབྲས་རང་གི་རྟགས་འཆད་  
པ་ན། འབྲས་རང་གི་རྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་རྟགས་ཆོས་  
ཀྱི་བདག་ཅིག་དང་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་མི་འདྲ་བའི་སྒྲོན་ས་རྒྱས་པར་བཤད་  
ཀྱང་། རྟགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་བྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་དང་། ཆ་  
གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དབྱེ་བ་མ་བཤད་ལ། འདིར་ནི་སྒར་བཤད་ཟེན་པའི་  
འབྲས་རང་གི་རྟགས་ཀྱི་བྱད་པར་དེ་དག་མ་བཤད་པར་རྗོད་བྱེད་སྐྱབ་ངག་  
གི་དབྱེ་བ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ། བརྗོད་བྱ་འབྲས་རང་གི་རྟགས་དེ་དག་གི་  
མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཙམ་ཞིག་བཤད་པ་ཡིན་པས་



བསྐྱོས་པའི་སྟོན་མེད་ཅིང་། རང་དོན་ལེན་པར་ཉམས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་  
 དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་གཏན་ཆིགས་ཞེས་པ་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་  
 འདིར་བཤད་རྒྱའི་ཉམས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་བྱིར། དབྱེ་བ་  
 སྟོན་ན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་སྟོན་དགོས་པ་མི་མཚུངས་ཞེས་པའི་དོན་ཏོ། །རྟེན་  
 བྱེད་དག་གིས་འདི་ ཅམ་ཡང་འཆད་མ་ཤེས་པར་སྤང་དོ། །

བཞི་པ་ནི། འོ་ན་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཁྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་  
 ཉམས་ཀྱི་དཔེ་དངོས་སུ་སྟོས་པ་བཞིན་དུ། མཐུན་སྟོགས་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་  
 འཇུག་པའི་རང་བཞིན་ཉམས་ཀྱི་དཔེ་ཡང་སྟོས་པར་རིགས་ཏེ། མཐུན་  
 སྟོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྟོར་བའི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 ཞེ་ན། སྐབས་འདིར་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཆ་གཉིས་པའི་རང་བཞིན་ཉམས་ཀྱི་  
 དཔེ་མ་སྟོས་པའི་སྟོན་མེད་དེ། འབྲས་ཉམས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་དུ་བཀོད་པའི་  
 སྟོར་བ་དེས་འབྲས་བུའི་ཉམས་དངོས་སུ་མ་མཚོན་པར་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་སྟོགས་གཅིག་ལ་བརྟེན་  
 བའང་འབྱུགས་ལ་བཤད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ལྗེ་ཀན་ལ་  
 སོགས་པའི་རྩོལ་བ་ལས་གསལ་བ་དང་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཐོས་པའི་ཉན་ཤེས་  
 ལྗེ་ཀན་ལ་སོགས་པའི་རྩོལ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་གཉིས་ཀ་ཡང་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཉམས་ཀྱིས་མི་ཉམས་པར་བསྐྱབ་བྱས་པར་འདྲ་བར་རིག་སྐྱ་ཐོས་པའི་ཉན་  
 ཤེས་རང་རྒྱ་མི་ཉམས་པའི་སྐྱ་སྟོན་དུ་སོང་བར་སྐྱབ་པ་ལ་རྩོལ་བྱུང་བྱན་ཤེས་  
 ཉམས་སུ་བཀོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚོན་བྱས་པར་དགོངས་ནས་མཐུན་སྟོགས་

ལ་ཆ་གཉིས་སུ་འབྲུག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་གྱི་དཔེ་ཤུགས་ལ་འཕངས་  
 པའི་སྒོ་ནས་དངོས་སུ་འབྲས་རྟགས་མཆོན་པའི་དཔེར། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་  
 རིག་སྒྲ་ཐོས་པའི་ཉན་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་སྒྲ་མི་རྟག་པ་སྒོན་དུ་སོང་སྟེ།  
 སྒྲིའི་རྒྱུན་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཉན་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་འདི་བརྗོད་  
 ཏོ། །

ལྷ་པ་ནི། ཤྱོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་འདིར། གཏན་  
 ཆིགས་ཡང་དག་འདི་གཉིས་སུ་རབ་དུ་བྱེ་བ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། གཉིས་པོ་  
 དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དེ་ལ་འབྲུལ་བར་མི་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པའི་  
 རོན་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་གཉིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་མི་འབྲུལ་བར་  
 ཐལ། རྒྱ་གང་ཡོད་པ་ན། སྒྱེ་ཞིང་དེ་ཉིད་པན་བྱེད་དུ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་  
 འབྲས་བྱ་དེ་རྒྱ་དེ་ལ་མི་འབྲུལ་བའམ་རང་དང་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་དབྱེར་  
 མེད་པ་ཅན་གང་ཡིན་པའི་བྱིར་བྱེད་ལ་མི་འབྲུལ་བ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེ་ལྟར་བསྟན་པས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པའི་ལྟན་པ་ཅན་དང་འདྲ་  
 བ་ཅན་སོགས་གྱི་རྟགས་གང་དག་ལ་རྟགས་ཆོས་བདག་གཅིག་དང་དེ་བྱུང་  
 དེ་འབྲའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་དག་བྱིར་བ་འབྲུལ་པ་སྲིད་པའི་བྱིར་  
 གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་མིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལ་བདག་  
 གཅིག་དང་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། དེ་ཉིད་ཁོ་ན་བསྐྱབ་བྱ་  
 རྟགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་དུ་གྱུར་པའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེའི་  
 ཡན་ལག་དུ་ལྟན་འདྲའི་འབྲེལ་བ་བྱུང་གསུམ་པ་བརྟགས་པ་ལ་དགོས་པ་

མེད་དེ། དེས་ན་ཐ་དད་མི་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་ནི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་  
འབྲེལ་བ་ལས་ཡིན་ལ། མི་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་མེད་དེ། སྐྱབ་བྱེད་མིན་ནོ།  
ཞེས་པ་དོན་བསྟུན། །

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཉན་བྱ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་  
བཤད་པ་ལ། སྟོག་སྟགས་གསོན་ལུས་བདག་བཅས་སུ་སྐྱབ་པའི་ལྟོག་བྱུང་  
འབའ་ཞིག་ཅན་ཡིན་པ་དགག། དེས་ན་དེ་ཉིད་མཉན་བྱ་དང་མཚུངས་པར་  
བསྟན། དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
ནི། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཕྱོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་རབ་དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ།  
སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་མཉན་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཉིད་སྟོས་པའི་དགོས་པ་  
ཡང་། ལྟོག་བྱུང་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་སུ་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་སྐྱས་པ་  
དེ་དག་མཉན་བྱས་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་དང་མཚུངས་པར་རྟགས་ཡང་དག་མ་  
ཡིན་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་རིགས་པ་ཅན་ནི། གསོན་ལུས་  
ཆོས་ཅན། བདག་དང་བཅས་ཏེ། སྟོག་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ན།  
བདག་བཅས་ཡིན་པ་གསོན་ལུས་ལས་གཞན་མེད་པས་མ་ཐུན་དཔེ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། རྗེས་བྱུང་མེད་ལ། དེ་ལྟར་ཡང་མི་མ་ཐུན་དཔེ་བྱམ་པ་ལ་སྟགས་  
པའི་སྟེང་དུ་བདག་མེད་ལ་སྟོག་དང་མི་ལྡན་པས་བྱུང་བ་ཕྱུང་བའི་ཕྱིར།  
ལྟོག་བྱུང་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེས་ན་དེ་ཉིད་ལྟོག་བྱུང་འབའ་ཞིག་པའི་རྟགས་ཡིན་པ་བཤད་པའི་

སྒོ་ནས། མཉན་བྱ་དང་མཚུངས་པར་སྒོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོག་གི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། ཏྲགས་མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་ཕྱོག་པ་  
 ཉིད་ནི་ངེས་པ་ཉིད་ཏྲགས་ཆོས་མེད་ན་མི་འགྱུར་བའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་  
 སྒོ་བས་ཀྱིས་ཡིན་པར་བརྗོད་ཅིན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཏྲགས་ཆོས་བདག་ཅིག་དང་  
 དེ་གྱུར་གང་རུང་གི་འབྲེལ་བ། མེད་པ་ལ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན། ཕྱོག་  
 གྲུབ་གྲུབ་ན། རྗེས་འགྲོ་ཡང་གནས་པ་དགོས་པས། རྗེས་འགྲོ་མེད་ཅིང་ཕྱོག་  
 གྲུབ་གྲུབ་པའི་ཏྲགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་མི་འཐད་དོ། །ཞེས་ཕྱོག་པ་འབའ་ཞིག་  
 པའི་ཏྲགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་སྤྱིར་བཏགས་ནས། སྟོག་ལྡན་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོག་པ་  
 འབའ་ཞིག་པའི་ཏྲགས་ཡིན་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་ནི། སྐྱབ་ཏྲགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་ན། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དེ་རང་གི་བདག་ཉིད་དམ་རྒྱུའི་དངོས་པོར་ནི་  
 འགྱུར་བའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ན། དེའི་སྒོ་བས་ཀྱིས་ཕྱོག་པ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་  
 དེའི་སྤྱིར་ན་ཁྱད་པར་སྟོག་སོགས་ནི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོག་པ་མེད་ཅིང་རྗེས་  
 འགྲོ་འང་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། བདག་དང་འབྲེལ་བ་གཉིས་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་  
 སྤྱིར་དོ། །

འོ་ན་སྒོ་བ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོས་ཏྲགས་འདི་ལ་ཕྱོག་པ་ཅན་ཀྱི་  
 ཏྲགས་ཞེས་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་པ་ཅམ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཕྱོག་པ་འང་འབའ་ཞིག་ཅན་དུ་བཤད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཕྱོག་གྲུབ་  
 གྲུབ་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་ཅམ་  
 ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་ན་འདིར་ཕྱོག་པ་མ་ངེས་པ་ཡིན་གྱིས། དེ་ལས་གཞན་དུ་

ལྷོག་པ་ངེས་ན་གོ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདི་མ་ངེས་པའི་ནང་དུ་  
འགོད་པར་མི་འགྱུར་བས་དེའི་སྤྱིར་སྟོབ་དཔོན་ལྷོག་བྱུང་ངེས་པར་བཞེད་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། བདག་ལོག་པས་སྟོག་སོགས་ལྷོག་  
པ་དགག་པ་དང་། དེ་ཉིད་མི་མཐུན་དཔེ་བྱམ་པའི་སྟེང་དུ་ངེས་པ་དགག་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་བདག་ནི་ལྷོག་པ་ཡིས། །སྟོག་སོགས་དག་ནི་  
ལྷོག་པར་འགྱུར་ན་སྟོག་སོགས་མེད་པས་བྱམ་སོགས་བདག་མེད་ལ་བྱུང་  
པར་འགྱུར་དགོས་ན་ཡང་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་མེད་གཞན་ལྷོག་  
པར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས། གཞན་ལྷོག་པར་ནི་མི་རུང་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་འབྲེལ་པ་མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུབ་སྟེ། བདག་ནི་སྟོག་སོགས་ཀྱི་  
འདུ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས། སྟོག་སོགས་དེ་བདག་དེ་ལས་རྒྱང་བའི་འབྲེལ་  
པ་གྱུབ་པོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་སྟོག་མར་བདག་ནི་དམིགས་པ་ན། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
སྤྱིས་སྟོག་སོགས་དེ་དམིགས། །བདག་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཡང་དེ་རྗེས་སྟོག་  
སོགས་དེ་མ་རྟོགས་ན། དེ་རྒྱང་གི་འབྲེལ་བ་འདི་གྱུབ་པར་འགྱུར་ན་ཡང་།  
བདག་ཤིན་ཏུ་སྟོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྟེ། མདོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ལ་  
མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བའི་ཚུལ་དེ་གྱུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་འབྲས་ངེས་  
བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་མེད་པས་དེ་རྒྱང་འབྲེལ་གྱུབ་པར་མི་འཐད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་མི་མཐུན་དཔེ་བྱམ་པའི་སྟེང་དུ་གྱུབ་པ་དགག་པ་ནི།  
བདག་དེ་ཉིད་བྱམ་སོགས་གཞན་ལ་མཐོང་བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་ཡིན་པ་



ལྟར་གསོན་ལུས་ལ་ཡང་མ་མཐོང་བར་མཚུངས་པ་ལ་གསོན་ལུས་ལ་ཡོད་  
 ཅིང་བུམ་སོགས་ལ་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་བྱུང་བར་དེ་དག་གང་ལས་འཐད། དེས་  
 ན་གསོན་ལུས་བདག་བཅས་ཡིན་ན། བུམ་སོགས་བདག་མེད་དུ་མི་སྐྱབ་  
 ཅིང་། དེ་ལ་བདག་ལྡོག་པ་ཤེས་པ་མེད་པའི་སྲིད། །བདག་ལོག་པས་སྲོག་  
 སོགས་ལྡོག་པའི་བྱུང་བའང་ངེ་ལྟར་འགྱུར་བ་ཡིན།

གལ་ཏེ་བུམ་སོགས་ལ་སྲོག་མེད་པར་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ་བདག་གྲང་  
 མེད་དོ། ཞེས་ངེ་ལྟར་མི་རྟོགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་འདྲ་སྟེ། སྲོག་སོགས་ལ་ལར་  
 མཐོང་བ་ཡིས་གང་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་བར་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བདག་མཐོང་ན། ཡོད་མེད་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་ནའང་བདག་ནམ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པའི་སྲིད་རོ། །

གལ་ཏེ་གསོན་ལུས་ལ་བདག་མེད་ན་སྲོག་སོགས་གྲང་ཡོད་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྲོག་ལོག་པ་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པའི་སྲིད་  
 རོ་ཞེ་ན། སློ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གང་ཞིག་ནི་མེད་པ་ཡིས་བུམ་པ་ལ་སྲོག་  
 མཐོང་བ་མེད་པ་ལྟར་གསོན་ལུས་ལའང་གལ་ཏེ་སློ་དེ་མེད་ན་སྲོག་གྲང་  
 གསོན་ལུས་ལ་མེད་པར་རིགས་པ་ཡིན་གྱི། བདག་ཡོད་མེད་ཀྱིས་སྲོག་  
 ཡོད་མེད་དུ་གྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མིན་པར་གལ་ཏེ། གསོན་ལུས་དང་  
 བུམ་པ་བདག་མེད་པ་ཅ་མ་གྱིས་སློ་ནས་ཅུང་ཟད་ཆོས་མཐུན་ན་དེའི་སྲིད།  
 གསོན་ལུས་སྲོག་ལྡན་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། དེ་ལས་ཐ་དད་པའི་བུམ་པ་ཡང་  
 སྲོག་ལྡན་དེར་རྟོག་དགོས་ན། བྱིད་རང་ལ་ཡང་མཚུངས་ཏེ། འདི་ལྟར་གསོན་

ལུས་བདག་བཅས་ཡིན་ན་བྱམ་སོགས་རྣམས་བདག་དང་བཅས་པར་ཅིས་  
མི་དཔོག་ཅིང་། དཔོག་རིགས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀ་གཞལ་བྱ་ཉིད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

བྱམ་སོགས་བདག་བཅས་སུ་བྱལ་མཐའ་ལས་མི་འདོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་  
ཙམ་ནི་ཁས་ལེན་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་གྱི། ཚད་མ་ཉིད་རྟོག་ལྡན་གྱི་འདོད་པ་ཀྱན་  
གྱི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་པར་རིགས་ཏེ། ཚད་མས་བྱལ་བ་དེ་མེད་པར་ནི། དངོས་  
པོ་དང་དངོས་མེད་གྱི་རྣམ་གཞག་དོན་མ་ཐུན་གང་གིས་ཀྱང་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་བདག་སྟོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། སྟོ་སོག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཞེ་  
ན། དབུགས་འབྱུང་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སོག་དང་མིག་འབྱེད་ལ་སོགས་  
ནི་བྱམ་འདོད་ཚེ་ལ་བ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ཡུལ་དབང་སྟོ་ལས་  
བྱུང་ལ་དེ་ཡང་པན་ཚུན་རྒྱུན་ལ་ནི་སྟོས་པའི་རང་རང་གི་རིགས་འབྲས་མ་  
ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་བཏགས་པའི་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་བྱུག་གི་དངོས་  
པོ་འདི་རྒྱུན་དང་བཅས་པའི་རིགས་འབྲས་མ་དེ་ཙམ་པན་བྱེད་དུ་ཡོད་པ་  
ལས་སྐྱེ་བའི་རྗེས་འགོ་དང་། མེད་ན་མི་སྐྱེ་བའི་ལྗོག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། །དེ་ལས་གཞན་དུ་རྗེས་སུ་འགོ་ལྗོག་མ་མཐོང་བའི་བདག་ཀྱང་སྟོ་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱ་རྟོག་ན་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དེས་ན་དེ་ཉིད་མཉན་བྱ་དང་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་ལ།  
མཚུངས་པར་བསྟན་པ་དངོས་དང་། མི་མཚུངས་པའི་ལན་དགག་པ་

དང་། དེས་ན་སྟོག་བདག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེས་ན་སྟོག་སྟོགས་ནི་གསོན་ལུས་བདག་བཅས་སུ་སྐྱབ་  
པ་ལ་ངེ་སྐྱད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་འབྲུལ་བ་ཉིད་གྱིས་ན་མཉན་བྱ་  
དང་། སྟོག་སྟོགས་འདི་ནི་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་ཡིན་པར་  
མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ། སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་ཅིང་མ་སྤུན་སྟོགས་དང་མི་མ་སྤུན་  
སྟོགས་གང་ལ་ཡང་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ལྟོག་  
ཁྱབ་འབའ་ཞིག་པར་འདོད་པའི་རྟགས་འདི་དག་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་  
ངེས་པ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། སྟོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་རབ་དབྱེ་འཆད་པ་  
ན་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཉན་བྱ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མི་མཚུངས་པའི་ལན་དགག་པ་ལ། ལན་དགོད་པ་དང་། དེ་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་དེས་གཉིས་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྟོག་སྟོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་ཡིན་ཡང་མཉན་བྱ་འདི་ནི་  
དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་ཁྱབ་འབྲུལ་པའི་སྤྱིར། ཞེ་ན།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། མཉན་བྱ་ལྟོག་ཁྱབ་འབྲུལ་པ་ཁས་སྦངས་  
འགལ་བར་བསྟན་པ་དང་། སྟོག་སྟོགས་ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་ཡིན་པ་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཉན་བྱ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་ཁྱབ་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་  
མཚན་ངེ་ལྟར་ཡིན་པ་སྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མིན་པའི་མི་མ་སྤུན་སྟོགས་ཁོ་ན་ཉིད་  
ལས་དེ་ལྟོག་པ་མིན་ཏེ། མ་སྤུན་སྟོགས་ལས་ཀྱང་ལྟོག་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འོ་ན་

དོན་གྱིས་མཉན་བྱ་དེ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་མིན་པའི་རྒྱ་  
མཆོན་གྱིས་ལྟོག་ཁྲབ་འབྱུང་པ་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ནི་  
གཞན་སྟོག་སྟོགས་ལའང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། སྟོག་སྟོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་  
འགྲོ་མེད་ཀྱང་ལྟོག་པ་རྒྱང་པ་ཡིན་པ་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་སྟོག་སྟོགས་ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་  
ལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ཁྲབ་མེད་ཅིང་ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་ཡིན་པ་ལྟོག་ཁྲབ་ཀྱི་  
ངས་བཟུང་སྐྱས་པ་དང་། ཁས་སྦངས་འགལ་བར་བསྟན། དེ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར་སྦྲང་  
མི་འཐད་པར་བསྟན། སྟོག་སྟོགས་ཀྱི་ལྟོག་ཁྲབ་བྱབ་ཚུལ་རྒྱས་པར་དགག་  
།དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱབ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། ཅི་ལྟར་སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལས་དེ། ལྟོག་མིན་ཅས་མཉན་བྱ་  
མཐུན་སྟོགས་ལས་ཀྱང་ལྟོག་པའི་སྤྱིར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་ཁྲབ་བྱབ་པ་མ་ཡིན་  
པར་སྐྱས་ཤིང་། སྟོག་སྟོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་ཁྲབ་བྱབ་པར་སྐྱས་པའི་  
ཤུགས་ཀྱིས་སྟོག་སྟོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མིན་པའི་མི་མཐུན་  
སྟོགས་ཁོ་ན་ཉིད་ལས་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཁས་སྦངས་པས་  
སྟོག་སྟོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་གནས་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་པ་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོག་སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་ཁོ་ན་ལ་ལྟོག་ཅས་  
པའི་ཆོག་གཅིག་གིས་ཀྱང་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་གཉིས་ཀ་བྱབ་པར་བསྟན་པར་  
བརྗོད་དེ་ངས་བྱང་ཅན་ཀྱི་ལྟོག་པ་བརྗོད་པ་ལས་རྗེས་འགྲོ་དོན་གྱིས་གོ་བར་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཞུང་འདི་དག་འཆད་ཤེས་པ་སྟོན་ཆད་གངས་རིའི་

ཁོད་དུ་མ་བྱུང་བར་སྒྲུང་དོ། །

སྒྲོབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སྒྲོ་ནི། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་དོན་གོ་བས། གཅིག་གིས་  
གཉི་ག་བསྟན་པར་སྒྲོབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས་བརྗོད་ཅེས་འཆད་མོད། ཉ་  
ཅང་འབྲེལ་བར་མ་མཐོང་དོ། དེའི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པ་ལ་མི་  
མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལས་ལྡོག་པ་འདི་འདྲའི་མི་འབྲུལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
ཕྱིར་ལྡོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་སྒྲུས་པ་ནི། ལྡོག་ཁྱབ་གྲུབ་ན་མི་  
མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལ་ལྡོག་པ་དགོས་པ་དང་། ཁས་སྒྲུངས་འགལ་བ་ཡིན་  
ནོ། །

གཞན་ཡང་སྒྲོག་སོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལས་ལྡོག་པ་མེད་  
པ་དང་རྗེས་སུ་མི་འགོ་བ་འགལ་ཏེ། སྒྲོག་ལྡན་ཆོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ལས་གཞན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་མི་འཐད་པར་བཤད།  
མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་བཀག་པ་དེ་ཉིད་འགོག་པར་རིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིན་སྒྲོང་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ་ལ། དངོས་དང་།  
ཚུལ་དེ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྒྲུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲོག་སོགས་དེ་བསྐྱབ་  
བྱའི་ཆོས་སམ་མ་ཐུན་ཕྱོགས་བདག་ལས་ལྡོག་པ་མེད་དེ། སངས་རྒྱས་པ་  
ཁྱེད་ལྟར་ན། བདག་དངོས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དངོས་མེད་ལས་རྟགས་  
ལྡོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདུག་པའི་གཞི་ཡིན་ན།  
དངོས་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལས་ལྡོག་པ་མེད་པ་དེས་  
ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མིན་པའི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མེད་པའི་ལྡོག་པ་



གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། ཏྲགས་དངོས་མེད་ལས་ལྡོག་པ་མེད་ཅེས་ཏྲགས་ལྡོག་པ་དེ་  
 ཉིད་ནི་ཅི་ལྟར་དངོས་མེད་ལས་ལྡོག་པར་འདོད་ཅིང་། འགོག་མི་རིགས་པར་  
 ཐལ། དངོས་མེད་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་གཞིར་མི་རུང་བའི་སྤྱིར། དེས་ན་འདི་ནི་  
 རང་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། བདག་ལ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་རིགས་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། བདག་ལས་ལྡོག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་  
 དངོས་པོར་ཡོད་པ་དེ་ནི་བདག་དངོས་པོར་མེད་ནའང་དེ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་  
 སྤྱོད་ལྡོག་པ་དངོས་པོ་མེད་པའང་བདག་དངོས་མེད་ལ་ཡོད་པ་མིན་ནོ་ཞེས་  
 ཁས་ལེན་པའི་རིགས་པ་ཅན་པ་སྐྱབ་པོ་ཡི་ནི་རྣམ་དཔྱད་ལ་ལྟོས་ཤིག །

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྱོད་བདག་དེ་ལས་ལྡོག་པ་མེད་ན་གཏན་ཆོགས་  
 སྤྱོད་དེ་བདག་ལ་འཇུག་པར་འདོད་དམ་ཅི། དེ་ཡང་མིན་ཞེ་ན། །སྤྱོད་ཆོས་  
 ཅན། ཅི་སྟེ་བདག་ལ་འཇུག་པ་འགོག་མི་རིགས་པར་ཐལ། བདག་ལས་ལྡོག་  
 པ་བཀག་པའི་སྤྱིར། བྱམ་སྟེ། དེ་ལས་ལྡོག་པ་བཀག་པ་ནི་དེ་ལ་འཇུག་པ་  
 འདི་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་དངོས་མེད་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་གཞིར་མི་  
 རུང་ན། སྐྱབ་དང་དགག་པ་མ་གཏོགས་པར་སྐྱ་ལས་རུང་བའི་ཐ་སྙད་གཞན་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་དངོས་པོར་མེད་པ་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་ན། དངོས་  
 མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེས་དཔྱད་པའི་སྐབས་འདིར་ནི་མི་སྐྱ་བ་ཐོབ་  
 ཅིང་ཐ་སྙད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེར་མ་ཟད་དངོས་པོར་ཡོད་པ་རྣམས་  
 ལ་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་འཇུག་པ་མེད་ཅིང་། ཐ་སྙད་དེ་ནི་དངོས་

པོར་མེད་པ་ལའང་། རོན་མཐུན་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ན།  
དངོས་མེད་དགག་སྐྱབ་གང་གི་ཡང་གཞིར་མི་རུང་བའི་རིགས་པ་འདི་ཡིས་  
འགྲོ་བ་ལ་དགག་པའི་རོན་ནི་གཏན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཡུལ་འདིའི་བྱམ་པ་ཡུལ་གཞན་ན་མེད་པ་དང་། ཁ་སང་གི་  
བྱམ་པ་དེ་རིང་མེད་པ་ལྟ་བུ་དགག་བྱ་ཡུལ་དུས་ལ་སྟོས་ནས་འགོག་པས་  
མེད་དགག་གི་རོན་དང་ཐ་སྙད་མི་འཐད་པའི་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། ཡུལ་འདིའི་  
བྱམ་པ་ཡུལ་གཞན་ན་མེད་པ་དེ་ལ་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་རོན་མཐུན་མི་  
འཇུག་པར་ཐལ། རི་ལྟར་དེ་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ནི་མེད་  
དགག་གི་ཐ་སྙད་རོན་མཐུན་འཇུག་པའི་སྟོན་ནས་དགག་བྱ་མི་འགོག་ཅིང་།  
ཅི་ལྟར་དེ་དངོས་པོར་མེད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་ནི་དེའི་སྟོན་ནས་དགག་བྱ་འགོག་  
པར་མི་འགྱུར་བའི་སྲིར།

གཉིས་པ་ཚུལ་དེ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ལ། ཚུང་བ་ནི། འོ་ན་བྱེད་  
ལ་ཡང་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤར་ནས་ཡོད་ན་  
བསྐྱབ་མི་དགོས་ཤིང་དགག་མི་རུས། སྤར་ནས་མེད་ན་དགག་མི་དགོས་  
ཤིང་བསྐྱབ་མི་རུས་པའི་སྲིར་ཏེ། ཞེ་ན། འདི་ནི་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་  
ཡོད་པ་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱས་པའི་སྟོན་ནས་མེད་འཇིན་གྱི་སྟོན་འདོགས་  
བསྐྱོག་པ་དང་། མེད་པ་ལ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་སྟོན་ནས་  
ཡོད་འཇིན་གྱི་སྟོན་འདོགས་བསྐྱོག་པ་སོགས་རིགས་པས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་  
པའི་ཚུལ་ལུགས་མ་གོ་བས། དངོས་པོའི་དགག་སྐྱབ་དང་སྟོན་དེའི་དགག་སྐྱབ་

མ་ཕྱེད་པར་ཚོད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲོན་པོ་མང་པོ་ཞིག །  
 ལྷོང་ཉིད་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་ན། སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་ལྷོང་ཉིད་དང་། ཉེ་ཆེ་  
 བའི་ལྷོང་ཉིད་སོགས་སུ་འགྱུར་བས་ཡང་དག་པའི་དོན་གཏན་ལ་ཕབ་པར་  
 མ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྒྲས་པ་དང་། སྒྲོས་མ་བཅོས་པར། རིགས་པའི་བརྟགས་  
 དབྱེད་དོར་ནས་གཉུག་མའི་དོན་སྒྲོམ་དགོས་སོ་ཞེས་ངས་དོན་གྱི་ལྷོང་ཉིད་  
 སྒྲོམ་པ་དང་། ལྷོང་ནས་སྒྲུབ་པ་ལྟར་བྱེད་ན་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་མི་  
 དགོས་པར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་གི་སྒྲིན་རུམ་འབྲུག་པོས། བསྟན་པའི་ཉེ་མ་  
 གཟུགས་བརྟན་ཅམ་ཡང་མེད་པར་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་པས་སྒྲ་མ་  
 འདི་ཉིད་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་བཞག་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་  
 བ་ཚོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་ཚུལ་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་སྤང་དགོས་པས། དེའི་ལན་བསྟན་པ་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་དངོས་  
 ཉེན་སྒྲ་དོན་ཡིན་པར་བསྟན། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་དངོས་ཉེན་རང་མཆོན་ཡིན་པ་  
 དགག །སྒྲ་དོན་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཅི་ལྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི།  
 དངོས་མེད་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་གཞིར་མི་རུང་བ་ལ་ཅི་སྒྲིབ་བཞག་པའི་སྒྲོན་ཡོད་  
 པ་དེའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཅན་སྒྲུབ་པའི་ཐ་སྙད་དང་དངོས་མེད་ལ་  
 བརྟེན་པ་ཅན་དགག་པའི་ཐ་སྙད་རྣམས་ཀྱི་དངོས་ཉེན་སྤྱི་རོལ་རང་མཆོན་  
 མིན་གྱི། སྒྲ་དོན་ལ་དངོས་སུ་བརྟེན་ནས་འདིར་ནི་སྒྲུབ་པ་དང་དགག་པ་  
 ཐམས་ཅད་བྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲ་དོན་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་སྒྲ་དང་པོར་བྱུག།

དེའི་རྗེས་སུ་བྱས་པ་སྐྱེའི་སྤྲུལ་དུ་གྱུག། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་མི་རྟག་པ་སྐྱེ་ལ་  
 བྱིས་གྲུབ་པའི་གོ་རིམ་ས་དེ་འབྲམ་མེད་དེ། སྐྱེ་རང་རྒྱ་ལས་བྱས་མི་རྟག་གི་  
 རོ་པོར་སྐྱེས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་འང་ཅོད་གཞི་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་དེ་དངོས་པོར་  
 གྲུབ་ཅིང་། དེའི་རྗེས་སུ་བྱས་པ་སྐྱེ་ལ་གྱུག། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱུབ་བྱའི་  
 ཆོས་མི་རྟག་པ་སྐྱེ་ལ་བྱིས་གྲུབ་པའི་གོ་རིམ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བར་སྤྲང་བའི་  
 རྟག་པའི་སྤྲང་ཡུལ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ལ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་མི་རྟག་པ་སྐྱུབ་ཅིང་།  
 རྟག་པ་འགོག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དངོས་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱོད་ན་ཡིན་ལ། སྐྱོད་ན་  
 དེ་ཡང་དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་སྐྱེམ་ཐ་སྙད་དག་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་གཞི་ཡིན་པ་  
 ཉིད་ལས་ཡོད་ཅེས་སྐྱུབ་པ་དང་། མེད་ཅེས་འགོག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་  
 པར་འདོད་པས། དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དངོས་རྟེན་དངོས་པོར་གྲུབ་པས་  
 བྱུང་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞུང་འདི་དག་གྱུང་དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་དངོས་རྟེན་རང་  
 མཆོན་ཡིན་པ་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། རང་མཆོན་ཡིན་ན་དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་དངོས་  
 རྟེན་དུ་རུང་བ་འགོག་པ་མ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་བྱེད་ན། ལོག་  
 པའི་ལམ་ནས་འབྲུལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་སོན་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་དངོས་རྟེན་རང་མཆོན་ཡིན་པ་དགག་པ་ནི།  
 དགག་སྐྱུབ་ཀྱི་དངོས་རྟེན་རང་མཆོན་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་མིན་པར་དགག་སྐྱུབ་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དངོས་རྟེན་ཡིན་ན། རང་མཆོན་ཡིན་པས་བྱུང་ན། དགག་སྐྱུབ་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པའི་རྟག་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲང་ཡུལ་ལ་མ་འབྲུལ་བའི་སྐྱུབ་འཇུག་  
 དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་དོན་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཀྱི་ཆོས་བྱས་



བ་ལྟ་བུ་གཅིག་བསྐྱབས་སམ། མ་བྱས་བ་ལྟ་བུ་གཅིག་བཀག་བ་ན། མི་རྟག་  
 བ་ལ་སོགས་བ་དེའི་རྩིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་བསྐྱབས་བ་དང་། རྟག་བ་  
 ལ་སོགས་བ་རིགས་མི་མ་ཐུན་ཐམས་ཅད་བཀག་བས་བྱབ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྐྱ་དང་སྐྱའི་རྩིས་ཐམས་ཅད་བདག་ཉིད་ཐ་དད་མེད་པའི་བྱབ་སྡེ་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྟགས་མ་བྱབ་སྟེ། སྐྱ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྩིས་ཐ་དད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་སྐྱ་དང་སྐྱའི་བྱས་མི་རྟག་རྣམས་དུས་མཉམ་ཡིན་  
 པས་འབྲེལ་མེད་རྩིས་གཞན་དུ་འགྱུར་བས། བྱམ་སྐྱམ་ལྟ་བུ་གཞན་དང་  
 གཞན་བཀག་བ་དང་ནི་སྐྱབ་པས་གཞི་མ་ཐུན་དུ་འདུ་བས་མ་བྱབ་བ་བཞིན་  
 དུ། བྱས་བ་བསྐྱབས་བ་དང་ནི་རྟག་ བ་དགག་བ་དག་ཆོས་ཅན་སྐྱ་གཅིག་ལ་  
 འདུ་བས་བྱབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་བ་སྐྱ་དོན་ལ་དགག་སྐྱབ་རི་ལྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། རྟོག་བ་སྐྱ་  
 ཆོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་  
 སྐྱ་ལྟ་བུ་གཅིག་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་ན། སྐྱ་སྐྱབ་པའི་རྩིས་སུ་རྟགས་བྱས་བ་དེ་  
 སྐྱ་ལ་གསར་དུ་བརྟེན་བ་ལྟ་བུ་དང་། བྱད་ཆོས་གཞན་རྣམས་དེའི་ཆེ་སྐྱ་ལ་  
 ཡོད་མེད་སློ་ཁ་མ་སྟོགས་པས་བཏང་སྟོམས་བ་ལྟ་བུ་དང་དེའི་ཆེ། སྐྱ་ལ་མ་  
 བྱས་བ་འགོག་བ་ན་མ་བྱས་བ་དེ་ཡིས་གསར་དུ་དབེན་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་  
 ལས་གཞན་བྱས་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་ལ་གསར་དུ་སྟོས་བ་ལྟ་བུར་སྐྱང་  
 ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱ་བྱས་པར་བྱབ་པའི་རྩིས་སུ་མི་རྟག་བ་དེ་གསར་དུ་  
 བརྟེན་བ་དང་། གཞན་རྣམས་བཏང་སྟོམས་ལྟ་བུ་དང་། རྟག་བ་འགོག་བ་ན་དེ་



ཡིས་གསར་དུ་དབེན་པ་དང་སྐྱ་ལ་མི་རྟག་པ་འབྱུང་པ་ཡང་སྐྱ་དེའི་རང་རྒྱ་  
 ལས་གཞན་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་ལ་ལྟོས་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་ཞིང་། དེ་  
 ལྟར་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ། མེད་པ་ཡི་ནི་དོན་སྒྲུང་བ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་རྟག་པ་  
 དེས། སྐྱ་ལ་མི་རྟག་པ་བྱུང་ཅིང་། རྟག་པ་འགོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཇི་ལྟར་  
 བསྟན་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ། དོན་དམ་དཔྱེད་པའི་རིགས་པས་མ་བརྟགས་པར་  
 སྐྱ་བྱས་མི་རྟག་པ་སོགས་ཀྱུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་ཐ་དད་པའི་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་  
 དགག་སྐྱབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཐོག་མ་  
 མེད་པའི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོ་ཀྱུན་རྫོབ་པ་དེ་ཡིས་བྱས་པའི་  
 དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ཀྱུན་རྫོབ་ཀྱི་དོན་ཁས་  
 གྲངས་པ་ལ་སྐྱ་བྱས་མི་རྟག་པ་གསུམ་དོན་དམ་དུ་ཐ་དད་མེད་པར་འཇལ་  
 བའི་ཆད་མ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་དམ་གྱིས་ཀྱུན་རྫོབ་  
 འཇིག་པར་མི་བྱེད་པའི་བྱིར།

དེ་ཡང་བུམ་པ་ལྟ་བུའི་དོན་གཅིག་ལ་ཡང་ཆུ་སྐྱོར་བ་དེའི་འབྲས་བུ་  
 ཅན་དང་། བཞོ་བཀལ་དང་གདུང་འདེགས་པ་སོགས་དེའི་འབྲས་བུ་མེད་པའི་  
 སྐྱོན་ས་ལོག་པ་དེ་དང་། དེ་ལས་ཐ་དད་པའི་ལྟོག་པ་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་མ་འཇུག་པའི་གཞིར་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །

འོན་དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཉིད་ཁས་གྲངས་པ་ལ། དོན་  
 དམ་དཔྱེད་པའི་ཆད་མས་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་དུ་ཆུག་མོད། ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དོན་རང་མཆོན་ལ་མི་སྐྱ་བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྐྱ་ལ་མི་

རྟེན་པ་གསར་དུ་འཕེལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། རྟེན་པ་གསར་དུ་འབྲིབ་བ་ལྟ་བུར་  
དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིས་བསྐྱད་པ་སྐྱ་མི་རྟེན་རྟེན་གསུམ་གྱི་རྗེས་དཔག་  
སོགས་དེ་དང་དེ་དག་གིས་རང་མཚན་སྒྲུབ་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་དེ་དང་ལྡན་པ་  
ཉིད་མིན་ཡང་། མ་གྲས་རྟེན་པ་སོགས་ལས་ཐ་དད་པའི་དོན་རང་མཚན་ལ་  
བརྒྱད་ནས་བརྟེན་པ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་འགའ་ལས་རང་མཚན་ལ་མི་སྦྱ་ཞིང་  
སྒྲུབ་བཅུགས་གཅིག་ ཏུ་མཐོང་བས་དོན་རང་མཚན་ལ་སྦྱོར་ཞིང་འཇུག་པར་  
བྱེད་དོ། །

དེ་དག་བསྐྱད་པའང་ཤེས་མ་ཡིན། ཞེས་པ་ནི། རྒྱན་མཁན་པོའི་  
གཞུང་འདོན་པའི་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན། དེས་ན་དེ་དག་གིས་བསྐྱད་  
པའང་། སྒྲུབ་མཁན་གྱི་སྒྲོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་གྱི་དེ་དག་སྒྲུབ་ཡུལ་  
ལ་འབྱུང་བར་ཆོད་མ་གཞན་གྱིས་སྐྱབ་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ཏོ། །སྒྲོ་བ་  
དཔོན་ལྟ་དབང་སྒྲོ་ནི། དེ་དག་མི་ཤེས་བསྐྱད་པ་ཅན། ཞེས་འདོན་ཅིང་། དེ་  
ལྟར་ན་དེས་ན། ཐ་སྙད་དེ་དག་ཀྱང་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས། མི་ཤེས་པའི་བསྐྱད་པའམ། འབྱུང་བས་བྱས་པ་ཅན་ཡིན་  
ནོ། །

གསུམ་པ་སྒྲོ་བ་ལྡན་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་བྱུང་བྱུང་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་  
དགག་པ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲོ་བ་ལྡན་གྱིས་གསོན་ལུས་བདག་  
བཅས་སུ་སྐྱབ་པའི་མི་མ་སྤུན་སྒྲོ་བས་བྱུང་བ་སོགས་ལས་སྒྲོ་བ་པའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་བྱུང་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པ་དེ་ཡང་

འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གསོན་ལུས་ལ་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་  
 འདུག་པའི་སྤྱིར་བུམ་པ་དེ་ཡང་བདག་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟམ་དུ་ཐེ་ཆོམ་བ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་བདག་ཡོད་པར་བསྐྱབ་བྱས་མི་བྱས་རིགས་  
 པ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བུམ་སོགས་བདག་མེད་དུ། སངས་རྒྱས་པས་  
 ཁས་སྦངས་པས་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་པས་ཁས་སྦངས་པ་ཡང་སྐྱབ་  
 བྱེད་ཆད་མ་མིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ཙམ་ལས་བུམ་པ་ལ་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 འགྱུར་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོག་ལྡན་དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་  
 སྟོགས་བདག་དངོས་པོ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་དེ་ལས་སྟོག་པ་མེད་དོ་  
 ཞེས་ཁས་ལེན་ན་ཡང་། དེ་རྟགས་དེ་ཉིད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་  
 མི་སྟོག་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་འགྱུར་ཏེ། བུམ་པ་དེ་ལ་བདག་ཡོད་མེད་ཐེ་ཆོམ་བ་  
 བའི་སྟོན་མཐུན་སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་གང་ཡིན་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་སྤྱིར།  
 གཞན་དག་གིས་ནོར་བར་བཤད་དོ། །

དེས་ན་མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པར་ཡང་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། བདག་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྤང་པོ་གཉིས་ལས། གང་རུང་གཅིག་ལ་ནི་ངེས་པར་  
 གྲུབ་ན། དེའི་སྟོན་མཐུན་ཅིག་ཤོས་ལས་ནི་སྟོག་པ་གྲུབ་དགོས་པའི་སྤྱིར།  
 གལ་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་མི་མཐུན་  
 སྟོགས་ལ་མེད་ངེས་སུ་འགྱུར་པོ་ཞེ་ན། སྟོག་ལྡན་ཆོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་  
 མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་བ་ཡིན་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་དེ་ལ་མེད་ངེས་སུ་མི་  
 འགྱུར་པར་ཐལ། ཡོད་ན་སྤང་རུང་གི་བདག་མེད་ལ་མ་མཐོང་བས་མེད་པར་

གྲུབ་ཏུ་ཆུག་ཀྱང་ཡོད་ཀྱང་མཐོང་བ་མེད་པའི་བདག་མེད་དག་ལ་ཡོད་མེད་  
ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་སྤྱིར། དེ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་དེ་འདྲ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སློག་ཆོས་  
ཅན། བདག་མེད་འགའ་ཞིག་ལ་མ་མཐོང་བས་བདག་མེད་འགར་ཡང་མེད་  
པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། བདག་མེད་ཀྱི་གསལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་བྱེད་མ་  
ཡིན་ཡང་། དེའི་རིགས་སུ་གྱུར་པའི་དོན་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར།  
དཔེར་ན། མཐའི་གསལ་བ་ཤིང་སོགས་མཚོན་གྱིས་ཆོད་ཀྱང་། མཐའི་གསལ་བ་རྩོ་  
རྩེ་སོགས་མཚོན་གྱིས་མི་ཆོད་པ་བཞིན་སྟུང་དུ་དོགས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་སློག་སོགས་དེ་བདག་མེད་ལ་ཡོད་སྤྱིད་དམ་སྟུང་པའི་ཐེ་  
ཚོམ་སྤྱི་བ་གང་ལས་ཀྱང་ལྡོག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བདག་  
མེད་ལ་ཡོད་པ་ལ་འགལ་བའམ་གཞོད་བྱེད་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་འདྲའི་གཞོད་བྱེད་ཡོད་ན་སློག་དེ་ཡང་སྐབས་ལ་ལར་བདག་དེའི་འབྲས་  
བུ་དང་བདག་ཉིད་གང་རུང་དུ་ངེས་པའི་སློན་སྟུང་། བདག་སློག་འབྲེལ་བ་གྲུབ་  
པར་ངེས་པ་ལས་གཞན་པའི་སློག་སོགས་བདག་མེད་ལ་ཡོད་པ་འགོག་བྱེད་  
ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་པ་གང་ཞིག། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆོད་མས་སྐབས་  
གང་དུ་ཡང་མ་ངེས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་བྱམ་པ་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་མི་མཐུན་  
སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སློག་སོགས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་ལྡོག་མི་ལྡོག་ཐེ་ཚོམ་བ་བར་མ་བཟད། བདག་མེད་ལ་ཡོད་  
པའི་གཞོད་བྱེད་མ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། བདག་མེད་པ་ལས་ཀྱང་འདི་  
ནི་ལྡོག་པར་ཐེ་ཚོམ་བའོ། །

སྟོག་བདག་མེད་ལ་སྟོག་ཏུ་ཆུག་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་བདག་མེད་ལ་མེད་  
པ་ལས་བདག་བཅས་སུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། རིགས་པ་ཅན་གང་གིས་ཆོས་  
དེ་ནི་གཞི་དེ་ལས་སྟོག་པ་མེད་པ་ངེས་པར་དངོས་པོར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་སྟོག་སོགས་མ་ཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པ་  
མིན་པར་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །

བཞི་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་ནི། གལ་ཏེ་གཏན་ཆོགས་སྟོག་སོགས་  
དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པ་མེད་ན་དེའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་མ་ཐུན་  
སྟོགས་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཅན་དུ་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྗེས་འགོ་མེད་པའི་  
སྟོག་པ་རྒྱང་པ་ཅན་ཡིན་པ་ཉམས་ལ། གལ་ཏེ་སྟོག་སོགས་དེ་གསོན་ལུས་  
བདག་བཅས་སུ་སྐྱབ་པའི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཅན་ཡང་མིན་  
ཞིང་། མ་ཐུན་སྟོགས་ལས་སྟོག་པ་ཡང་མིན་ན། གསོན་ལུས་དེ་བདག་མེད་  
ཀྱང་མ་ཡིན་ཞིང་། བདག་བཅས་ཀྱང་མིན་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་དེས་ན་སྟོག་བདག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཆན་  
བཤད་པ་ལ། གོ་བྱེད་འབྲེལ་བ་ལ་སྟོས་པར་བསྟན། དེ་བདག་སྟོག་ལ་མ་  
བྱུང་པར་བསྟན། དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དུ་བ་གང་གི་རང་གི་  
བདག་ཉིད་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་གོ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ལ་མེ་གང་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
བ་ཅན་དུ་བྱུང་པ་དགོས་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར། དུ་ལྡན་ལ་ལ་དུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་  
མེ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་མེ་ལོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དུ་བ་སྟོག་པར་བྱེད་ཅིང་མེ་  
དེ་རྒྱས་པ་མ་ཐུ་ཅན་དུ་འཇུག་པ་ན་ཡང་དུ་བ་འདུག་ཅིང་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་



དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་དེ་ཡང་ནི་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པ་རྒྱ་འབྲས་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་བྱུང་པར་བ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མེ་  
པན་བྱེད་དུ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལས་འབྲས་བྱ་དུ་བ་སྐྱེ་བ་མཐོང་བ་དང་མ་  
མཐོང་བའི་མངོན་སུམ་དེ་དག་ལས་མེ་རྒྱ་དང་དུ་བ་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་ངེས་  
པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དེ་བདག་སྟོག་ལ་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་ལ། མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་  
མཆོན་དངོས་བཤད་པ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྟོག་  
སྟགས་ཆོས་ཅན། གསོན་ལུས་ལ་དོན་གཞན་ཡོད་པར་རྟོགས་པའི་རྟོན་དུ་  
གྱུར་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཡོད་ན་དེ་ཡོད་  
པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འབྲེལ་ངེས་པ་ཡོད་ན། དེ་གཉིས་  
དེ་བྱུང་འབྲེལ་གྲུབ་དགོས་པ་གང་ཞིག །བདག་དེ་རྟོག་དུ་མི་འཇིག་པའི་རྗེས་  
ཡིན་པས་དེ་ཡོད་པའི་རྗེས་སུ་སྟོག་ཡོད་པའམ། དེ་མེད་པ་ན། སྟོག་དེ་དག་  
མེད་པར་འགྱུར་བའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྟོག་མི་སྲིད་པའི་བྱིར།

གཞན་ཡང་སྟོག་ཆོས་ཅན། བདག་དེས་བྱོད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་བྱས་པའི་  
སྟོན་ས་ཅི་ལྟར་ཡང་བསྐྱེད་པ་རང་བཞིན་ཡིན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདག་  
དེ་དག་མེད་པར་གཞན་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར། བྱབ་སྟེ། འབྲས་བྱའི་རང་བཞིན་  
ཐ་དད་རྣམས་རྒྱ་ཐ་དད་རྣམས་ལས་ནི་འབྱུང་བའི་བྱིར། དེས་ན། རྒྱ་རྒྱེན་ཀྱི་  
ཆོགས་པའི་རྒྱས་པ་ཐ་དད་པའི་བྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་སྣ་ཆོགས་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། གལ་ཏེ་རྒྱའི་རྒྱས་པ་ཐ་དད་པས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་

ཐ་དད་དུ་བྱེད་པ་མིན་ན་འགྲོ་བ་འདི་ཐམས་ཅད་འོ་བོ་གཅིག་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 གཉིས་པ་དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། འབྲས་བུ་འདི་ཐ་དད་པར་བྱེད་པ་ནི། རྒྱས་  
 ཐ་དད་དུ་བྱེད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དུ་བ་མེ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་ཞིང་། མེ་མེད་བརྒྱ་  
 བྱེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བས་རང་བཞིན་གཉིས་སུ་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། མེ་  
 མེད་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་གཅིག་སུ་ནི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་  
 པ་ཉམས་པར་ཐལ། དུ་བའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རང་བཞིན་དང་། མེ་མ་ཡིན་གྱི་རང་  
 བཞིན་དུ་མཐམ་གཉིས་སུ་གནས་པ་གང་ཞིག། དེ་ཡིན་ན་མེ་དང་མེ་མིན་  
 རང་བཞིན་གཉིས་ཀ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་གཞན་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྐྱེ་  
 བོ་ནི་དུ་བ་དེ་བསྐྱེད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་མེ་དེ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཞིང་དེ་དུ་བ་བསྐྱེད་པའི་མེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ན་དུ་བ་དེ་ནི་དེ་ལས་  
 ཅི་ལྟར་འབྱུང་དེའི་སྤྱིར་རྒྱ་མེད་དང་འབྲས་བུ་དུ་བ་དག་པན་ཚུན་མི་འབྲུལ་  
 བའི་རང་བཞིན་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེས་ན་རང་བཞིན་མཐོང་བ་རང་བཞིན་  
 ཅན་ལ་མི་འབྲུལ་བ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་མཐོང་ན་ཡང་རྒྱ་དེ་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་ཚུ་དང་འོ་མས་འབྲས་ཆན་རུལ་བ་གཅིག་སྐྱེད་པར་འགྱུར་བ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱ་དུ་མ་ལས་འབྲས་བུ་གཅིག་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་  
 རིགས་མི་མཐུན་པས་འབྲས་བུ་རིགས་གཅིག་བྱེད་པ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ཚུ་  
 དང་འོ་མ་གཉིས་ཀའང་ཆོས་ཅན། རིགས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཤེར་བའི་  
 རུས་པ་རིགས་མཐུན་གང་ལས་འབྲས་ཆན་རུལ་བ་གཅིག་ཐུན་མོང་དུ་སྐྱེད་

པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིལ། ཅི་ཚུ་དང་འོ་མ་འདི་ནི་ཐ་དད་དང་གཅིག་པའི་བདག་  
 ཉིད་གཉི་ག་ཡིན་ནམ། གཞན་དུ་ན་རྫས་ཐ་དད་པ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། གཤེར་  
 བའི་རྒྱས་པ་ཉིད་གཅིག་པ་ཡང་རྩི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཤེར་བའི་  
 རྒྱས་པ་ཡང་རྫས་ཐ་དད་ཡིན་ཏེ། ཚུ་དང་འོ་མ་རང་རང་ངོ་བོ་ལ་སོ་སོར་  
 གནས་པའི་སྒྲིལ། དེ་ལྟར་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཤེར་བའི་རྒྱས་པ་རིགས་  
 གཅིག་ཅེས་བརྗོད་རིགས་ཏེ། དེའི་རྣམ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ལུས་ཤེས་  
 མ་འབྱུང་བ་ལ་རྣམ་པ་རིགས་ཐ་དད་མེད་པར་ཤར་བའི་སྒྲིལ། དེ་བཞིན་དུ་  
 མེའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་རྫས་ཐ་དད་ཀྱང་རིགས་གཅིག་དུ་བརྗོད་དུ་བྱུང་སྟེ།  
 མེ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་པར་མཚུངས་པའི་ཆ་གང་གིས་ནི་མེར་རྟོགས་པའི་  
 དབང་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་ནམ་གཟུང་དོན་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་སྒྲིལ། ཞེས་  
 པའམ། ཡང་ན། དེ་བཞིན་དུ་མེའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་རྫས་ཐ་དད་ཀྱང་འབྲས་  
 བུ་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་ཆ་གང་གིས་ནི་མེར་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་དུ་བ་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྟོན་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་སྒྲིལ། རིགས་གཅིག་དུ་བརྗོད་ཅིང་། དེའི་  
 སྒྲིལ། དུ་བ་ཡིན་ན་མེ་དེས་ནི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་དེས་ན། དུ་བའི་  
 རྟོགས་ལས་དུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱེད་བའི། དུ་བ་མེ་དེ་ལ་འབྱུང་བ་མེད་པ་  
 ཅན་ཡིན་ཏེ། མེར་ཤེས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་གཟུང་དོན་མེ་དེས་ཉེར་ལེན་  
 བྱས་ཤིང་། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་བྱུང་ཤིང་སོགས་གཞན་ལ་ནི་  
 ལྟོས་པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིལ། དེ་ལྟར་འབྲས་བུ་གཞན་དག་ཀྱང་རང་གི་

རྒྱ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པས་དེའི་སྤྱིར་འབྲས་བུའི་རྟགས་ནི་  
འབྲུལ་བ་མེད་ཅིང་། དུ་བའི་ཉིར་ལེན་དང་བུད་ཤིང་གི་འགྲུར་བའི་ཡན་ལག་  
གི་རྟེན་དམར་འབར་བ་དེ་ལ་མེར་འཛོག་པའི་སྤྱིར་ན། གལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་  
སྤྱི་བོ་དེ་མེ་མིན་ན། དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱི་བྱུར་བ་དེ་ཡང་དུ་བ་མིན་ཞིང་། གལ་  
ཏེ་དེ་དུ་བ་ཡིན་ན། བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྤྱི་བོ་མེ་དེ་ཉིད་དུ་འགྲུར་རོ། །

དེ་དག་གི་ཞར་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱང་མི་འབྲུལ་བར་བསྟན་པ་  
ནི། འབྲས་རྟགས་དེ་ལྟར་མི་འབྲུལ་དུ་ཆུག་མོད། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་རི་  
ལྟར་མི་འབྲུལ་ཞེ་ན། ཅི་ལྟར་རང་བཞིན་དང་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་  
ངེས་བྱེད་གྱི་རང་གི་རྒྱ་མཚན་ལ་སྟོས་ནས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་རྣམས་  
ཀྱང་རང་རང་གི་བསྐྱབ་བུའི་ཆོས་ལ་མེད་ན་མི་འབྲུང་བའི་འབྲེལ་བ་བྱུབ་  
པར་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་ངེས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ནི། འཇིག་པ་  
དང་བྱས་པ་ཉིད་གྱི་འབྲེལ་བ་སྟོས་མེད་གྱི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པའི་  
ཚུལ་གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་རོ། །

གསུམ་པ་དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུབ་པར་བཤད་པ་ནི།  
གཉན་བྱ་སྤྱི་མི་རྟག་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྟོག་ཁྲབ་མ་བྱུབ་པར་བསྟན་པ་ལས་སྟོག་ལྟར་  
སྟོག་ཁྲབ་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་མིན་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་འདིས་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཐམས་ཅད་དཔག་པར་བྱ་སྟེ། སྟོག་པ་འབའ་ཞིག་པ་  
ཅན་དུ་འདོད་པའི་སྟོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་མ་  
མཐོང་བ་ཅམ་དེ་དག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དུ་



མཉན་བྱ་ཉིད་ནི། དཔེར་བརྗོད་པར་མཛད་པའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ་མ་དམིགས་པའི་དཔེ་དངོས་སུ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚོན་ལ།  
རྒྱ་ཁྲབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་དཔེ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚོན་དང་། རང་བཞིན་  
མ་དམིགས་པའི་དཔེ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚོན་དང་། ཞར་ལ་མ་དམིགས་པའི་  
རྟགས་ཀྱི་སྟོགས་ཚོས་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོགས་  
ཚོས་ཅན་གྱི་རབ་དབྱེ་འཆད་པ་ན། རྒྱ་དང་ཁྲབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་དཔེ་  
མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཞེ་ན། སྐབས་དེར་དེ་གཉིས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འབྲས་  
རང་གི་དཔེར་བརྗོད་ལས་ཐ་དད་པར་ནི་དངོས་སུ་མ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོན་  
ཡོད་དེ། ཡོད་ན་ལྟར་རུང་གི་རྒྱ་དང་། ཁྲབ་བྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལྟོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
འབྲས་བུ་དང་ཁྲབ་བྱེད་དོན་ལྟོག་པར་ནི་བརྗོད་པ་ལས་མི་དམིགས་པ་དེ་  
གཉིས་ཀྱི་དཔེ་ནི་ཤྱགས་ལ་གྲུབ་ཅིན་པས་དངོས་སུ་མ་བཞོད་པའི་སྤྱིར།  
གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་ལས་མ་དམིགས་པའི་དཔེར་བརྗོད་གྲུབ་ཏུ་  
ཚུགས་པོ་ད། མ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལྟར་རུང་གི་བྱེད་པར་ལ་ལྟོས་པར་སྟོགས་  
ཚོས་ཅན་གྱི་སྐབས་འདིར་སྟོབ་དཔོན་གྱི་གསུང་གང་གིས་བསྟན། གང་གིས་  
ཀྱང་མ་བསྟན་ན་ནི། འབྲས་རང་གི་དཔེ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤྱགས་ལས་  
རྒྱ་དང་ཁྲབ་བྱེད་ལོག་པས་འབྲས་བུ་དང་ཁྲབ་བྱེད་ལོག་པ་གོ་བར་བྱེད་པ་  
ཅེས་ཞིག་རྟོགས་ཀྱང་རྟགས་དེ་ཉིད་ལྟར་རུང་གི་བྱེད་པར་ལ་ལྟོས་པར་མི་  
ཤེས་པས་མི་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་པོ་དེའི་དཔེ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་པ་དེ་ལའང་།



ཡོད་ན་བཟླར་རུང་བའི་དོན་ལ་ལྟོས་ནས་མེད་ངེས་དེ་གོ་བར་བྱེད་དགོས་  
སོ་ཞེས་སྟོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དོན་གྱིས་བཟླན་  
ནོ། །

རི་ལྟར་བཟླན་ན། རིགས་པ་ཅན་གྱིས་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོག་དང་  
མི་ལྟན་པ་རྣམས་ལ་བདག་ལྟོག་པར་ཁས་སྐྱེས་བུམ་པ་ལ་སྟོག་དང་  
ཡོད་ཀྱང་མཐོང་བ་མེད་པ་སྟེ་སྒྲུང་དུ་མི་རུང་བའི་བྱིར། བུམ་པ་ལྟ་བུ་སྟོག་  
སོགས་དང་མི་ལྟན་པ་རྣམས་ལ། བདག་ལྟོག་པ་ཆད་མས་ངེས་པ་མེད་དེ།  
དེ་མ་དམིགས་པས་མེད་པར་མི་འགྲུབ་ཅིང་། སྐྱབ་བྱེད་གཞན་ཡང་མེད་པའི་  
བྱིར། དེས་ན་གཏན་ཆིགས་སྟོག་སོགས་ནི་གསོན་ལུས་བདག་བཅས་སུ་  
སྐྱབ་པའི་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྟོགས་ཆོས་ཅན་གྱི་སྐབས་  
སུ་བཤད་པས་སོ། །

དེ་ཡང་མདོ་ཆིག་དང་པོས་ནི། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བདག་མེད་པ་  
ཉིད་མ་གྲུབ་སྟེ། མ་དམིགས་པ་ཅམ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ཞེས་  
པའོ། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་ཐམས་ཅད་དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་པ་སྐྱབ་  
པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར། དགག་ཏུགས་སུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་  
གཏན་ཆིག་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཆིགས་འདིས་ནི་  
ཆོས་ཅན་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་ལའང་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
ཁས་སྐྱེས་ཤིང་སྐྱབ་པ་མེད་པར་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཁས་སྐྱེས་ཤིང་སྐྱབ་པ་  
མེད་པར་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དགག་པ་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།

སྤྲུལ་འབྲས་རང་གི་གཏན་ཆེགས་དག་གིས་ནི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
དགག་པ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱབ་པ་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་ཁྲབ་བྱེད་མ་  
དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་དགག་ཏྟགས་འདི་དག་འབྲས་རང་གཉིས་ལས།  
ལོགས་སུ་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་དབྱེ་བར་བྱས་པ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་དཔེ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ།  
རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་ཏྟགས་སྟོར་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་  
མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ལ་ཞེས་བདག་ཉེ་བར་  
འགོད་པའི་ཆེག་གི་སྤང་དོ། །དམིགས་སུ་རུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཡོད་  
པའི་འཛོག་བྱེད་ཆད་མས་དམིགས་པ་ལས་གཞན་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཆད་  
མས་དམིགས་པ་གྲུབ་ན། ཡོད་པའི་དོན་གྲུབ་པས་ཁྲབ་པ་བཞིན་དུ། ཡོད་ན་  
དམིགས་སུ་རུང་བའི་ཆོས་མ་དམིགས་པ་གྲུབ་ན། དེ་ཉིད་མེད་པའི་དོན་གྲུབ་  
པས་ཁྲབ་ཀྱང་། ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བའི་ཆོས་མ་དམིགས་པ་ལ་མེད་  
པའི་ཐ་སྙད་མི་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་མི་  
དམིགས་པའི་དཔེ་གཅིག་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

འོན་དེ་ལྟ་བུའི་མ་དམིགས་པའི་ཏྟགས་ཀྱི་སྟོར་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ལྟ་  
ལྟོར་བས་དག་པའི་ས་ཕྱོགས་དེར་ལྟ་ལྟོར་བ་མ་དམིགས་པའི་ཏྟགས་ཀྱིས་  
བུམ་པའི་ཡུལ་ཅན་ཀྱི་ཤེས་བརྗོད་དང་བུམ་པ་ཡོད་དམ་སྟུམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་  
འགོག་བྱས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་བུམ་པ་མེད་པ་  
སྐྱབ་བྱས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆོས་ཅན། མེ་མ་ཡིན་ཏེ།

སྒྲེག་པར་བྱེད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །

བྱམ་པས་དག་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་ལྷོ་ཕྱིར་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་  
 གིས་བྱམ་པའི་ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱམ་པ་མེད་པ་དེ། བསྐྱབ་  
 རུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན། བྱམ་པས་དག་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་ལྷོ་ཕྱིར་བ་  
 ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ་ཡོད་པ་ལས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྐྱ་དང་  
 ཤེས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ། བྱམ་པ་མེད་པ་དེ་བསྐྱབ་རུས་པར་ཐལ། གཞི་  
 དེར་དམིགས་སུ་རུང་བའི་བྱམ་པ་མེད་པའི་འཛོག་བྱེད་ནི་དེ་མི་དམིགས་པ་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན་པར་དེ་ཉིད་དེའི་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་བྱིད། དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཁྲབ་པ་སྐྱབ་པ་ནི། ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། རྣང་རུང་བྱམ་པ་མེད་པ་དེ་རྣང་རུང་  
 བྱམ་པ་མ་དམིགས་པའི་ནམ་པར་གཞག་བྱའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་རྣང་  
 རུང་བྱམ་པ་མ་དམིགས་པ་དེ་ལས་ནི་རང་གི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྐྱ་སྒྲིའི་ཡུལ་  
 བྱམ་མེད་དེ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གྲུབ་པས་ཁྲབ་སྟེ། ཡོད་ན་རྣང་རུང་བ་ལས།  
 མ་མཐོང་ན་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་མི་སྐྱ་བའི་ཚུལ་འདི་སྤྱན་པོ་གནག་རྗེའི་  
 བར་གྱི་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་བྱིད།

འོ་ན་མ་དམིགས་པ་ལ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་གནག་རྗེའི་བར་ལ་གྲུབ་ན།  
སྒྲུང་རྒྱུང་མ་དམིགས་པས་མེད་པའི་ཐ་སྙད་སྒྲུབ་པའི་རྟགས་དོན་མེད་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་དགོས་པ་སྟོན་པ་ནི།  
འཛིམ་གོང་དང་ཡན་ལག་སོགས་ལ་བྱམ་པ་དང་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་གཞན་  
སོགས་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ་ཀྱི་དོན། དེ་དག་མ་དམིགས་པ་གྲུབ་ཟིན་པ་

ཡོད་ན་ཡང་དེ་ཉིད་དེ་དག་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོན་དུ་སྒྲུབ་པས་  
འཇིམ་གོང་དང་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་འདིར་གྲངས་ཅན་དང་བྱེ་བྲག་པ་ལ་  
སོགས་པ་གཞན་དག་བྱམ་པ་དང་ཡན་ལག་ཅན་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་མེད་  
དོ་ཞེས་ཇེས་སུ་མི་བརྗོད་པ་དེ་དག་གི་དོར་སྒྲར་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱམ་པས་  
དག་པའི་ས་སྤྱོགས་སོགས་ཀྱི་སྟངས་དུ་བྱམ་པ་མ་དམིགས་པ་ལ་མེད་པའི་ཐ་  
སྙད་སོགས། གྲུབ་ཅིན་པ་དང་ནི་ཆོས་མ་བྱུན་པར་བསྟན་པ་ལས། འཇིམ་  
གོང་ལ་བྱམ་པ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་བརྟན་བར་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ།

ཅི་ལྟར་ཉེ་དཔེར་ན། མེ་དེ་པན་འདོགས་བྱེད་དུ་མཐོང་བ་ལས་དུ་བ་  
སྟེ་བ་དང་། དེ་ཉིད་མ་མཐོང་ཞིང་ལོག་པ་ལས་དུ་བ་མི་སྟེ་བར་མཐོང་བའི་  
ཇེས་སུ་འབྲེལ་བར་གྲུབ་པའི་རྟགས་ལས་མེ་རྒྱ་དང་དུ་བ་མེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་  
དུ་སྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །

ཅིའི་སྤྱིར། འདི་ཉིད་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡིན་ཞེ་ན། རང་  
རྒྱ་པན་བྱེད་དུ་ཡོད་ན་སྟེ་བ་དང་། མེད་ན་མི་སྟེ་བའི་སྟོན་པ་ཇེས་སུ་འགྲོ་  
སྟོག་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྲས་པ་དེ་གཉིས་ལ་ནི་ཐ་སྙད་ཐོར་ཡང་པའི་དོན་དུ་  
འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པས་རྒྱའི་སྒྲ་དངོས་མིང་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚོན་བཤད་པ་ནི། གལ་  
ཉེ་སྟོབ་དཔོན་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཞེད་  
ན། ཅིའི་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་ཀྱི་དབྱེ་བའི་སྐབས་སུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་མ་བསྟན་ཞེ་ན།  
འདི་ནི་རྣམ་པར་འདོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་རྣམ་གཞག་གི་འབྲས་བུ་སྐྱབ་པས་

ན། རང་བཞིན་རྟགས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར། གཏན་  
 ཆིགས་རབ་དབྱེ་བཤད་པ་ལས་རང་བཞིན་རྟགས་ཐ་དད་པར་ནི། རང་  
 བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་དཔེར་མ་བསྟན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཞར་ལ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་སྟོགས་ཆོས་སྐྱབ་བྱེད་  
 ཀྱི་ཆད་མ་བཤད་པ་ལ། དངོས་དང་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོན་བཤད་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། རྒྱ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱེད་འབྲེལ་སྐྱབ་པའི་  
 ཚུལ་ཡང་། སྒར་འབྲས་རང་གི་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོག་བྱེད་སྐྱབ་པའི་སྐབས་དག་ཏུ་  
 རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཅིང་། རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་བྱེད་  
 འབྲེལ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ནི། རྟགས་ཆོས་རྣམ་པར་གཞག་འཛོག་ཡིན་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཟིན་མ་ཐག་པ་ཡིན་མོད། དེ་ལྟར་ཡང་དེ་དག་གི་  
 སྟོགས་ཆོས་ཆད་མ་ངེ་ལྟ་བུས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་སྒར་མ་བཤད་པས། དེ་ཉིད་  
 བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རང་བཞིན་མ་  
 དམིགས་པ་ལ་མཆོན་ན། གཅིག་ལྟོ་ལྟོར་བས་མ་དག་པ་དང་། དག་པའི་ས་  
 སྟོགས་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱིས་དམིགས་ཤིང་། དེ་ཉིད་རང་རིག་མངོན་  
 སུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལས་ལྟོ་ལྟོར་བ་འདི་ནི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་  
 བའམ་ལྟོ་ལྟོར་བ་མ་དམིགས་སོ་ཞེས་རྟོག་པ་ཅན་གྱི་སྟོ་ནི་སྟེ་བ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྤྱོད་བ་པན་ཚུན་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཅན་ལྟོ་ལྟོར་བས་  
 དག་པ་དང་མ་དག་པའི་ས་སྟོགས་དམིགས་པའི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ཉིད་  
 ལས་དེ་ནས་ས་སྟོགས་རྣམས་བུམ་པ་དམིགས་པ་དང་མ་དམིགས་པ་ལ་



ཁྱད་པར་ཅན་དུ་སོ་སོར་རྟོགས་ཤིང་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དབང་  
 པོའི་མངོན་སུམ་དེ་དག་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་འདི་ནི་  
 དབང་སྟོང་གཉིས་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་སྟེ། དོན་ནི་སྟོ་  
 ལྡོར་བས་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་ས་སྟོགས་དམིགས་པའི་དབང་པོའི་མངོན་  
 སུམ་གྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་ས་སྟོགས་དེ་དག་ལ་སྟོ་ལྡོར་བ་དམིགས་པ་དང་མ་  
 དམིགས་པར་འཛོག་པ་ཡིན་པས། སྟོ་ལྡོར་བ་མ་དམིགས་པའི་སྟེར། ཞེས་  
 པའི་སྟོགས་ཆོས་སྟོ་ལྡོར་བས་དག་པའི་ས་སྟོགས་དམིགས་པའི་དབང་པོའི་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་འགྲུབ་ལ། སྟོ་ལྡོར་བས་དག་པའི་ས་སྟོགས་དམིགས་པའི་  
 དབང་པོའི་མངོན་སུམ་དེ་ཉིད་གྱིས་བུམ་པ་མ་དམིགས་པ་དང་། སྟོ་ལྡོར་བ་  
 དང་བཅས་པའི་ས་སྟོགས་དམིགས་པའི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱིས་བུམ་  
 པ་དམིགས་པའི་ཁྱད་པར་ཡང་། དེ་དག་བུམ་པས་དབེན་པའི་ས་སྟོགས་  
 ཅམ་གྱི་རྣམ་ལྡན་དང་། བུམ་པའི་རྣམ་ལྡན་དུ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་རང་རིག་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་འགྲུབ་པའི་སྟེར་རོ། །ཞེས་པའོ། །འབྲེལ་བྱེད་གཞན་དག་  
 གཅིག་དམིགས་ཞེས་སོགས་དག་འཛིན་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ཁོ་ན་སྐྱར་  
 བས། ས་སྟོགས་འདི་ནི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྲ་བའམ། བུམ་པ་འདི་ནི་མ་  
 དམིགས་སོ་ཞེས་རྟོག་པ་ཅན་གྱི་སྟོ་ནི་སྟེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེས་འཆད་  
 མོད། དེའི་སྟེར་བུམ་པ་དམིགས་པ་དང་མ་དམིགས་པའི་སྟོའི་དབྱེ་བ་རང་  
 ཉིད་སྦྱོང་བའི་མངོན་སུམ་ལས་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། སྟོ་དེ་དག་གི་དེའི་  
 གཟུང་དོན་བུམ་པ་དམིགས་པ་དང་མ་དམིགས་པའི་ས་སྟོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་

འགྲུབ་པ་དེ་ལྟ་མིན་པར་སྒོ་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ཡང་སྒོ་གཞན་དབྱེ་བའི་དབང་  
གིས་འགྲུབ་དགོས་ན། དེ་ཡང་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒོའི་དབྱེ་བས་འགྲུབ་  
དགོས་པ་སོགས་ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིབ། འགའ་ཡང་ཐ་དད་དུ་  
འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ། དགག་གཞི་དམིགས་པས་དེའི་སྟེང་གི་དགག་པ་དམིགས་  
པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དགག་སྒྲུབ་ཐ་དད་པའི་སྒྲིབ་ཞེ་ན། ལྟོ་ལྟོར་བ་དང་  
བཅས་པ་ལས་རང་བཞིན་བྱད་པར་ཅན་དུ་དབང་ཤེས་ཀྱིས་སྟོང་བའི་དགག་  
གཞི་བྱམ་པས་དག་པའི་ས་སྟོགས་ལས་དགག་བྱ་གཞན་བྱམ་པ་བསལ་  
བའི་དགག་པ་ནི་རང་བཞིན་གཞན་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྒྲིབ། ས་སྟོགས་དེའི་སྟེང་  
དུ་བྱམ་པ་དེ་མི་དམིགས་པའི་དགག་པ་ཡང་བྱམ་པ་ཡོད་པ་དེ་ལས་བྱད་  
པར་ཅན་གྱི་ས་སྟོགས་དངོས་སུ་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པ་  
ཡིན་རོ། །

དེས་ན་བྱམ་པ་མི་དམིགས་པ་འདི་ནི་བྱམ་པས་དག་པའི་ས་སྟོགས་  
དམིགས་པའི་དབང་ཤེས་རང་ཉིད་སྟོང་བའི་མངོན་སུམ་ལས་རྟོགས་པས་  
རང་ཉིད་དོན་ལྟོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་བྱམ་པ་མེད་པའི་དངོས་མིང་གི་ཐ་  
སྟོང་འབྲུག་པ་ཅན་བྱམ་པ་ཆད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ། རང་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་  
སུ་བྱུབ་པའི་གཞིར་རང་གི་རྣམ་པར་གཞག་བྱ་བྱམ་མེད་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
གྱི། དེ་ལས་གཞན་དུ་ན། བྱམ་པས་དག་པའི་ས་སྟོགས་ཀྱི་སྟེང་གི་བྱམ་མེད་  
ལྟ་བུ་དོན་གྱི་མེད་པ་ཉིད་ནི། དེ་སྒྲིབ་རུང་མི་དམིགས་པ་ལས་རྟོགས་པར་

འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པར་ཚད་མ་གཞན་གྱིས་དམིགས་པ་མེད་  
པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་ཐུག་མེད་  
དུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོན་བཤད་པ་ལ། མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་  
པའི་རྟགས་གྱིས་མེད་ངེས་བསྐྱབ་མི་རུས་པར་བསྟན་པ་དང་། དགག་རྟགས་  
ཀྱི་སྒྲོར་བའི་དབྱེ་བ་གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི་གལ་ཏེ་མ་དམིགས་པའི་  
རྟགས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་བྱེད་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ་གསུམ་པོ་དེ་དང་  
འབྲ་བར་དགག་བྱའི་ཆོས་མེད་ངེས་དངོས་སུ་སྐྱབ་པས་བྱེད་བཅ་ཞེ་ན། མི་  
སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གྱིས་མེད་ངེས་ལས་གཞན་དུ་གང་ལ་བསྐྱལ་  
དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་དེས་ཡོད་ངེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་དུ་བཞག་  
རུས་པ་འགོག་པར་འགྱུར་བ་ཅམ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་ཀྱང་མི་སྣང་བའི་དོན་མེད་  
པར་ངེས་པ་མི་རུང་བའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་རྟགས་མེད་  
པའི་རྣམ་རྟོག་གི་གྲངས་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པ་འདིས་ནི་ཡོད་ངེས་ལས་ལྡོག་པ་  
མེད་ངེས་བསྐྱབ་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་རུས་པའི་འབྲས་བུ་  
ཅན། རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྣང་མི་རུང་གི་དོན་མ་  
དམིགས་ཀྱང་མེད་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར།

འོན་ཀྱང་མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཆོགས་ལ་མེད་ངེས་བསྐྱབ་པའི་  
རུས་པ་ཡོད་པར་བཤད་པ་མི་འགལ་ཏེ། དང་པོ་སྣང་རུང་མ་དམིགས་པའི་

དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་གི་དགག་བྱའི་ཆོས་མེད་པར་ངེས་པ་  
བསྐྱབ་ཀྱས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དགག་ཏྱགས་ཀྱི་སྒྲོར་བའི་དབྱེ་བ་གཞན་བསྟན་པ་ནི། གལ་  
ཏེ་དགག་ཏྱགས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཁྱབ་བྱེད་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ་གསུམ་  
པོ་དེ་བཞིན་དུ། མ་དམིགས་པ་རང་མིང་གིས་ཏྱགས་སུ་བཀོད་པས་ཁྱབ་  
བམ་ཞེ་ན། སྒྲོར་བའི་འགོད་ཚུལ་གཞན་དམིགས་པ་ཏྱགས་སུ་སྒྲུར་བའི་  
དགག་ཏྱགས་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། རང་གི་སྒྲོར་བ། ཞེས་སོགས་  
སོ། །

ཡང་ན། རྒྱ་ཁྱབ་བྱེད་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་  
ཕྱོགས་ཆོས་མངོན་སུམ་གྱིས་འབྱུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། མ་དམིགས་  
པའི་ཏྱགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་འབྱུང་ཚུལ་དེ་དང་འབྲམ་ཞེ་ན། མི་  
འབྲས་ལྟ་འགལ་ལྷ་དམིགས་པའི་ཏྱགས་ནམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་སྒྲུབ་པའི་ཆད་  
མ་ནི། དགག་གཞི་དམིགས་པའི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་གྱི། འགོག་བྱེད་  
དམིགས་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་གསུངས་པ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་མ་དམིགས་པའི་ཏྱགས་རང་གི་སྒྲོར་བ་དག་ལ་  
སྒྲོར་བ་འགོད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། མ་དམིགས་པ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཏྱགས་  
སུ་བཀོད་པའི་སྒྲོར་བའམ། དགག་བྱའི་དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་དམིགས་  
པ་ཏྱགས་སུ་བཀོད་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །འགལ་ལྷ་དམིགས་པ་  
ཏྱགས་སུ་བཀོད་པ་དེ་ཡང་གཉིས་ཏེ། མ་དམིགས་པའི་ཏྱགས་ཀྱིས་གང་རེག་

མེད་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སན་ཚུན་  
སྤང་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་རྒྱ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་སོ། །མེ་དང་  
གང་རེག་ཅིའི་སྤྱར་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། གཞོད་བྱ་གང་  
རེག་རྒྱན་ལྟན་དུ་འབྱུང་བཞིན་པ་ཡོད་པ་ན་གཞོད་བྱེད་མེ་ཉི་བ་ཡོད་པའི་  
སྟོབས་ཀྱི་གང་རེག་རྒྱན་མེད་པར་སོང་བ་མཐོང་བའི་སྤྱར་རོ། །

འོ་ན་སན་ཚུན་སྤངས་པའི་འགལ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཆ་གང་ལྟར་  
གཞོད་བྱེད་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞོད་བྱ་ལྟོག་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུབ་པའི་སྟོ་  
ནས་འགལ་བར་ངེས་ཀྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི། མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པའི་སྟོ་ནས་  
འགལ་བར་ངེས་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་རྣམ་བཅད་ཡོངས་  
གཙོད་ཀྱི་སྟོ་ནས་སན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་བྱུབ་པའི་སྤྱར། དངོས་སུ་འགལ་བ་ཡིན་  
ཏེ། བརྟན་དངོས་དང་ནི་འཇིག་པ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ནི་སན་ཚུན་རྣམ་བཅད་  
དང་ཡོངས་གཙོད་ཀྱི་སྟོ་ནས་འགལ་བ་མ་ཡིན་གྱང་། དེ་གཉིས་གཞི་མ་ཐུན་  
སྤིད་པ་ལ་ཆད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་འབབ་པའི་སྤྱར་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་  
ཏེ། འཇིག་ངེས་སུ་འབྱུང་བ་དང་ནི། འཇིག་པ་སྤྱིས་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་བཅས་  
ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

འོ་ན་དེ་གཉིས་གཞི་མ་ཐུན་སྤིད་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་གང་ཡིན་  
ཞེ་ན། དེ་ཉིད་འཆད་པ་ནི། བྱས་པ་ཆོས་ཅན་འཇིག་ངེས་དེ་བྱོད་ལ་ཉི་བར་ནི་  
གདོན་མི་བ་བར་ག་ལ་ཡོད་དེ། མེད་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་འཇིག་པ་རང་ལས་  
སྤྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྤྱི་དགོས་པའི་སྤྱར། གལ་ཏེ་རྩ་བུམ་གྱི་



དངོས་པོའི་རྒྱ་རྩ་མཁན་སོགས་ལས་རྩ་བུམ་གྱི་འཇིག་པ་བྱུང་ཞིང་། འཇིག་པ་དེས་རྩ་བུམ་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བརྒྱུད་པའི་དུབ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་རྩ་བུམ་གྱི་རྒྱ་དེས་འཇིག་པ་གཞན་སྐྱེད་པས་རྩ་བུམ་དེ་ནི་འཇིག་པར་འགྱུར་ན། དེས་རྩ་བུམ་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་འཇིག་པའི་རང་དུ་བསྐྱེད་ན་ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རང་རྒྱ་ལས་འཇིག་པའི་ངོ་བོ་སྐྱེས་པ་ཉིད་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། དངོས་པོ་དེ་ནི་རང་གི་བདག་ཉིད་གྲུབ་ཟིན་པར་གྱུར་པ་ན། ཕྱིས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་བདག་ལ་པན་འདོགས་བྱེད་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། དེས་བདག་ལ་པན་འདོགས་བྱེད་པ་མིན་ན། བདག་ཉིད་དེའི་ལྟོས་བྱ་གང་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། ཕྱིས་རྒྱ་ལས་འཇིག་པར་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། དུས་ནམ་ཡང་འཇིག་དེས་དེ་ལྟ་མིན་པར་ཅི་ལྟར་ཡང་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིས་བྱུང་གི་འཇིག་རྒྱ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་རང་རྒྱ་ལས་འཇིག་པར་སྐྱེས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། དངོས་པོ་དེ་ཉིད་འཇིག་ཀ་མར་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་དུས་གཉིས་པར་སྒྲོད་པ་ལ་བརྟེན་པར་བྱེད་རང་ཡང་མི་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ། རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་སྐྱེས་ཅམ་ནས་འཇིག་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན། སྐད་ཅིག་ཀྱང་གནས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། འཇིག་པའི་ངོ་བོར་སྐྱེས་པ་དེ་ལྟར་དུ་གྱུར་པ་དེ་ད་ལྟ་གནས་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱབ་སྟེ། དངོས་མེད་སྐྱེས་ཅམ་ནས་འཇིག་པ་ད་ལྟར་དུ་ཅི་ཡང་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པའི་བྱིར།

དེ་དག་གིས་གྲུབ་པའི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། གང་དག་དེའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་  
 གྱིས་རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་གྲུབ་ཅམ་ནས་དེའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་དེ་  
 དག། དེའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་  
 འབྲས་བུའི་ལས་ལ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་མེད་པ་ཅན་  
 གྱི་རྒྱུའི་ཚོགས་པ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་ངེས་པ་  
 བཞིན་ནོ། དེ་ཡང་། དེའི་སྤྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ། སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་  
 བྱི་བདག་མེད་གསུངས། ཞེས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་  
 ཞི་བའི་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ་འཕྲོག་པ་ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱིད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བའི་  
 འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུའི་རི་བོ་མཐོན་པོ་བཅོམ་པར་བྱས་པ་ཉིད་ལ་རག་  
 ལས་ཤིང་། དེ་ལྟའི་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་དུ་  
 ཕྱིན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་གྲུ་གཟིངས་དམ་པ་འཚོལ་  
 བར་བྱེད་པ་ཡང་འཁོར་བའི་འགྲོག་དགོན་པ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་  
 འབྱུང་གནས་སུ་རིག་པའི་རྩ་བ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཕྱང་པོ་  
 མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་པས། བསྐྱེད་བཅོས་འདིར་ལྟ་བ་  
 བཀར་བཏགས་ཀྱི་སྤྱུག་བརྒྱ་བཞིའི་ནང་ནས་ཀྱང་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་ཉིད་  
 སྤྱུབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གོ་བའི་ཆེད་དུ་ལྟོས་  
 མེད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་འཇུག་བསྐྱུ་བར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བཤད་

ཟེན་ཏོ།། །།

རྒྱལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་  
རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་  
སྟེ་ལེའུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

རྟོགས་དཀའ་བར་བསྟན་པ་མཇུག་གི་བྱ་བ་ལ་གཉིས།

གསུམ་པ་རྟོགས་དཀའ་བར་བསྟན་པ་མཇུག་གི་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
རྟོགས་དཀའ་བར་བསྟན་པ་དང་། རྟོགས་ན་དོན་ཆེ་བར་བསྟན་པའོ། །

རྟོགས་དཀའ་བར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། ཆོས་ཀྱི་བྲགས་པ་ཁོ་བོའི་གཞུང་རྣམ་འགྲེལ་འདི་སྤྲས་  
པའི་ཕྱོགས་སུ་བཅད་པ་མེད་པར་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་མཚུངས་པར་ལེགས་  
པར་བཤད་ཀྱང་སྤར་འདིའི་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ནས་འཇིན་  
པར་བྱེད་པ་མང་པོ་མི་རྟོགས་པའི་རྟོགས་དཀའ་བ་ཅན་ཡིན་ཏེ། སྒྲིའི་རྒྱས་པ་  
ཚུང་བ་མེད་པ་སྒོ་གྲོས་ལྡན་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་རིགས་ཚུལ་ཟབ་མོའི་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཅན་ཡིན་ལ་བཅོན་འགྲུས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་  
པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་། ལེགས་བཤད་མཆོག་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མེད་  
པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའམ་ཡང་ན་སྒྲིའི་རྒྱས་པ་ཚུང་བ་མེད་ཅིང་སྒོ་  
གྲོས་དང་ལྡན་པའི་རང་སྟེ་བྱེ་བྲག་སྤྲ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཟབ་

མོ་ཚས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་མེད་ལ་དེ་ཉིད་འདིར་  
བརྗོད་བྱར་ལྡན་ཞིང་། རང་དོན་དུ་མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བ་བསྒྲིག་པ་ལྟར་ཐར་པ་  
བསྐྱབ་པ་ལ་བཙུན་འགྲུས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཐེག་པ་  
མཚོག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་མེད་ལ་དེ་ཉིད་འདིར་བརྗོད་བྱར་ལྡན་པས་  
སོ། །ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ན་བདག་གིས་རྣམ་འགྲེལ་འདིར་རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་པའི་ཚུལ་  
བཤད་ཀྱང་གཞན་དག་གིས་རྟོག་པར་དཀའ་སྟེ། སློབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་  
པོས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བཤད་པ་དག་ཀྱང་སློབ་དང་བཙུན་འགྲུས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་  
པའི་མཁས་པ་དག་གིས་ཀྱང་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་པར་  
བྱའོ། །དེ་བས་ན་ངེ་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི་འབབ་ཅིང་།  
སྤྱིར་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་ཐིམ་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་ཚས་ཀྱི་གྲགས་པ་རང་གི་སློ་  
གྲོས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་སྡེ་བདུན་གྱི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་དག་འབབ་  
ཅིང་། །སྤྱིར་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་ཐིམ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་  
དག་གིས་ནི། གཤུལ་བྱ་དག་རྟོགས་དཀའ་བར་མཐོང་ནས་མདོན་པའི་ང་  
རྒྱལ་གཞིམ་པ་དང་། འདུན་པ་ཆེས་ཆེར་བྱད་པར་དུ་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་  
རོ། །

རྟོགས་ན་དོན་ཆེ་བར་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་རྟོགས་ན་དོན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ཙམ་དུ་རྟོགས་པར་  
དཀའ་ན་བསྟན་པ་ལ་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟུང་ན། རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དེ་ལྟ་

མོད་ཀྱི། རྟོགས་ན་དོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཉི་མའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་ལ་ཆོས་ལྡན་ཉི་བར་གནས་པ་ལྟར་རོ། འདི་ལ་ཡང་ཆོས་ལྡན་ཉི་བར་  
 གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། མཐའ་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་  
 བོ། རྟོགས་ཆང་ཆིང་མ་ལུས་པ་སྟེག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེ་བོ་དག་གི་འཇུག་  
 ལྟོག་གི་གནས་དང་། གཟུགས་མ་ལུས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉིན་མོ་  
 སྤོང་བའི་སྟོག་ཆགས་འབྱུང་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་འཇིགས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། འདབ་སྤོང་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་པའི་པད་མའི་ཆལ་དག་ཁ་འབྱེད་ཅིང་། ཀྱ་ལྷ་  
 ཏ་རྣམས་ནི་རྣམས་པར་བྱེད་པའང་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གཞུང་  
 ལུགས་འདི་ཡང་། ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་པ་རྣམས་འབྱེད་པར་མཁས་པའི་དྲི་  
 མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་ཆ་ཟེར་གྱིས་སྤྱི་ནང་གི་ལྟ་བ་དན་པའི་རྟོགས་ཆང་  
 ཆིང་སྟེག་པོ་གང་ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྩ་བཞིན་དུ་བསྟེག་པར་  
 རུས་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་འཕགས་པ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོ་བོར་  
 རྗེས་སུ་བཟུང་བས་གདུལ་བྱ་ལ་ཡང་དག་པའི་རིགས་པའི་ལམ་མཛད་དུ་བྱུང་  
 བ་སྟོན་པ་དཔལ་ལྡན་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོའི་གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་ལྟར་དགོ་  
 ལེགས་ཀྱན་གྱི་རྟོན་ནམ་གཞིར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་རིགས་  
 པའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱེ་བ་སྟག་བརྒྱ་ཀྱན་ནས་འཕྲོ་བ་དང་ལྡན་པ་དང་།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་ཉིན་མོའི་སྤང་བ་སྤོང་བའི་སྤོང་ན་ལྷ་  
 སྟེགས་བྱེད་པ་དག་གི་སྤྱིར་རྟོལ་བའི་འཇིགས་པ་སྤངས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་མ་  
 ལུས་པ་ལ་ལྟ་བའི་སྤོང་མིག་རིགས་པའི་ཅི་སྟོན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་བྱས་



པའི་མཁས་པའི་བད་མོ་ཀུན་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ཡན་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་གཉིས་འགྲེལ་པ་ཆེན་པོ་པལ་ཆེ་བར་  
མི་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་སྤྱིར་རྣམ་འགྲེལ་མཛད་པའི་ཞལ་ལས་འོངས་པའམ་མ་  
འོངས་པ་གང་ཡིན་ཞེས་ཚུད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་། ཡམ་རིའི་  
འགྲེལ་བར། སློབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སློབ་སློབ་དང་བཙུན་པ་དང་ལྷན་ཡང་། འགྲེལ་  
པ་དགོངས་པར་སོན་པ་མ་བྱུང་ནས། སློབ་དཔོན་ཐུགས་བྱུང་བར་གྱུར་ཏེ།  
སློབ་ཀྱིས་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་པོ་འདི་མཛད་པར་བཤད་ཀྱང་།  
འགྲེལ་པ་བྱེད་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་བྱད་  
ལ། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཐ་མ་ནི། དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པཱེ་ཏས་ཆོག་གི་མཆོག་  
ཉི་བར་བྱས་པ་བཀྲ་ཤིས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་མཛད་དོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །

### གཞུང་སྤྱིའི་མཆོག་གི་དོན།

གང་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་སྤྱང་ཅིའི་རྒྱལ་མཚན་ཡོན་ཏན་དེ་བསྐྱུང་སློལ་  
བྱེད་ཁ་ལས་སྤྱང་ཡིག་ནི། །འོར་འཛིན་བྱ་མོའི་རྣ་བ་དག་ལ་རྟོགས་པར་བྱས་  
པ་དེ་ཡི་ལྷགས་ཀྱི་བད་མ་གང་། །སྤྱང་ཅི་རྒྱ་ཆེན་ཐིག་ལེས་རྣམ་ཁེངས་རོ་  
བཅུད་དང་བཅས་སློབ་གྲོས་སྤྱང་བྱའི་རྒྱུ་པ་ལ། །དོག་པ་རྣམ་འགོད་རིགས་  
པའི་དར་དིར་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀུན་མཛེས་མའི་རྣ་བའི་བཅུད་ལེན་སློབ་པར་བྱེད། །རབ་  
དཀར་བསོད་ནམས་གང་གའི་ཚུ་བོས་ལན་གཅིག་མིན་པར་སློན་དུ་དག་

བྱེད་བསྐྱབས་གྱུར་པ། །དེ་ཡི་རྣམ་དཔྱོད་རལ་བ་འཕུག་པོའི་ཅེ་མོ་དག་ལ་  
 དཔལ་སྦྱག་བཀའ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས། །རིགས་པའི་ཅོད་པན་དཀར་པོ་  
 བཅིངས་པའི་ཐོར་ཅོག་ཡོན་པོ་ས་གསུམ་གཞོན་པའི་དཔལ་ཡོན་ཅན། །གང་  
 གི་སྒོ་གྲོས་སྒོ་ཡི་དབྱུང་བ་ལེགས་བཤད་ནོར་འཛིན་ཁུར་ཆེན་དག་གི་ངལ་  
 སོར་འགྱུར། །དེའི་སྤྱིར་འགོ་འདི་ཀུན་ཏུ་སྤྲོས་པའི་མཆོན་མོ་དང་བྲལ་སྟོན་  
 དུས་མཁའ་ལ་སྤྱོན་དཀར་སྤེང་། །བརྒྱ་བྱེན་གཞུ་ཡིས་ཁྲབ་པར་བྲིས་པའི་རི་  
 མོ་རྣམ་བཤུ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་མོའི་སྟོད་གཡོགས་བཞིན། །དབྱར་དུས་རྩ་སྤྱི་  
 ཡོལ་བ་དང་མཚུངས་ལྟ་ངན་དེ་མེད་ཡིད་ཀྱི་མཁའ་ལ་རིགས་པ་ཡི། །ཁ་  
 རོག་རྣམ་བཤུ་རི་མོར་བྱ་སྤྱིར་ལེགས་བཤད་འདི་ལ་སྒོ་གྲོས་ངལ་བ་ཅུང་  
 ཞིག་བྱས། །གང་དག་ལྷགས་བྲག་གཡོ་བའི་ཚུ་ལ་མཇུ་བ་ཅེའི་རྗེས་ཀྱིས་  
 གཞུང་ལྷགས་འདི་དོན་འབྱེད་དོ་ལོ། །གཞན་ནི་རོལ་པའི་སྤྱང་གིས་བསྐྱོད་  
 པའི་དྲངས་པའི་ཚུ་ནང་གཟུགས་བརྟན་དག་ལ་སྒྲ་བར་སེམས། །པལ་ཆེར་  
 གཅོང་རོང་བྲག་ཆའི་སྒྲ་བཞིན་གཞན་ཟེར་འཕྲོས་པའི་ཕུ་ཅོར་ངག་ནི་ཅི་ཡང་  
 བྱེད། །དེ་དག་སྟོང་ལ་བྱམས་པར་རབ་བཞག་བདག་ནི་དེ་མེད་རིགས་པའི་  
 ལམ་འདིར་གོམ་པ་བཀོད། །ནག་གི་བྱ་མོའི་སྒྲ་ཆོགས་རབ་རྒྱས་མེ་ཉོག་སྟེ་  
 མའི་ལན་བྱ་ལ་ནི་ལྟ་ཡི་བརྒྱད་མངས་མགྲིན་པར་བྱེད་པའི་བྱང་བ་དག། །  
 གཤོག་ཅེ་བསྐྱོད་པའི་བསེལ་ཡབ་འཕྱར་སྤྱིང་ཏ་རི་ཅན་དན་ག་བྱར་འཕུལ་  
 པའི་དེ་བཟང་རྗེ་ངད་སྤྱོད་ཀྱི་མགོན་པོའི་འགྲམ་པ་ལ། །མི་མཉམ་འགྲོས་  
 ཅན་མཇུ་བ་མོས་བརྒྱས་པའི་དདུལ་ཐིགས་ཕུ་ཉོག་སྤེང་བའི་ན་རྒྱན་རིང་པོ་

འཕྲོག་པ་སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་། །སྟོང་ལ་རིག་པས་ཆ་བཟུང་ལྷགས་ཀྱི་  
 རྒྱང་པར་བྱག་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་ངེས་པར་བདེ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ཡ་  
 མཚན་སྟོགས། །རྟེན་ཉེས་པའི་རི་དྲགས་སྤུ་གུ་མིག་བྱམ་གྱིར་ཅིང་མེ་  
 རྟོག་པོན་པོ་མ་བྱ་རོལ་པའི་མཇུག་ཅེའི་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་པ་ཅན། །ནགས་  
 ཆལ་གནས་ན་བསམ་གཏན་བདེ་བས་ངེས་པར་སེམ་ལྡན་ཞི་བ་དེ་ལ་དཔེ་  
 མེད་ཅེས་ནི་ཐུབ་པ་དག་ཀྱང་གཏམ་དུ་བབྱིད། །སྟོང་རྗེ་རབ་དཀར་ལྷག་  
 བསམ་དག་པའི་གྲུ་ཆེན་ལ་ཞོན་ཅི་མེད་རིགས་པའི་སྐྱེ་བ་འཇིན་འདོད་ཀྱན་  
 མཁུན་ཞོར་བྱ་དོན་གཉེར་བ། །གང་དེའི་སྟོང་ལ་ལེགས་བཤའ་གཏམ་གྱི་ག་  
 བྱར་རྒྱན་འདི་ཡང་དག་བྱན་པའི་གདུང་སེལ་དགའ་བ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་  
 དཔེར་བྱ་མིན། །ཟབ་ཡངས་རིགས་པའི་རྒྱ་གཏེར་ནས་འཕྲོན་ལོག་སྟོའི་རྒྱང་  
 གིས་ནམ་ཡང་གཡོ་བ་མིན་པ་ཉིད། །གང་སྟོ་རིན་ཆེན་རི་བོའི་མདུན་སར་  
 མཁས་སྟོ་མ་སྐྱ་བ་བྱང་བ་རྒན་པོའི་གཤོག་རྒྱང་དང་། །མཚུངས་པར་ཉེར་  
 སྐྱོད་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོའི་གོས་ཅན་འདི་ན་ལྷན་པོ་གཞན་བཞིན་རྣམ་པར་  
 སྦྱང་། །དེ་ཡིས་ལེགས་བྲིས་རི་མོ་འདི་ཡང་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ལ་རིགས་  
 པའི་གསང་ཆོག་སྐྱ་བ་བཞིན། །མ་ལ་གསར་པའི་དོག་པ་དག་།རབ་འབྱུང་ཙུ་  
 ཏའི་འཁྲི་ཤིང་གིས། །ནགས་མཐར་མིག་དཀྱུས་རིང་བོ་ཅན། །རི་དྲགས་མོ་  
 ནི་ཁངས་ལྡན་བྱེད། །རིགས་པའི་དོག་པའི་སྐྱེད་ཆེངས་ཅན། །ལེགས་བཤའ་  
 ལྷ་ཏིག་འཁྲི་ཤིང་འདིས། །སྟོ་གྲོས་མིག་ཡངས་དབྱིད་ཀྱི་ནི། །དཔལ་མོ་སྐལ་  
 བཟང་བྱེད་མིན་ནམ། །སྟོ་གྲོས་མིག་ནི་རྒྱང་དྲག་པས། །ལེགས་བཤའ་བད་

མོ་ལ་འཐུངས་པ། །དེ་ཡི་ཁ་ལས་སྐྱགས་པའི་ཆོག། །རིགས་ཚུལ་སྤང་ཅི་རི་  
 རོ་ལྟན་འབྱུང་། །གང་སྟོང་དུལ་ཚུའི་ཐིགས་པ་ནི། །ཁུ་ཚུར་དག་པོས་བཟུང་  
 བ་ལྟར། །རྣམ་པར་བཅད་པ་ཅམ་ཉིད་ཀྱིས། །ཞིག་ཅིང་ཞིག་ཅིང་འགྱུར་བ་  
 གང་། །ད་ལྟའི་གཞུང་ལུགས་ཐུན་སྦྱུལ་གྱི། །སྤང་བ་རིང་པོར་བརྟུས་པ་  
 ཡང་། །བསོད་ནམས་མིན་པའི་དམོད་པ་ནི། །འཇིག་རྟེན་སྦྱིང་ལ་སྦྱང་བ་  
 བཞིན། །རིགས་པ་ཡི་ནི་མིག་ལོང་བས། །འཆེལ་བ་ལུང་གི་དབྱུག་པ་དག།  
 དང་པོ་མིན་པས་སྟོ་གྲོས་གྱི། །གོམ་པ་གཡང་དུ་སྦྱང་བྱེད་པ། །དེ་དག་ཆོག་  
 གི་ལྷ་བ་ནི། །ལྟ་ངན་བ་ཆའི་རོས་བྱབ་གང་། །སྦྱིང་པོར་འཇིན་པ་རྣམས་གྱི་  
 སྦྱིང་། །སྦྱིང་པོ་མེད་པའི་ཚུ་ཤིང་བཞིན། །སྟོང་ན་སྦྱབ་པའི་གཞུང་ལུགས་  
 ལ། །ལོག་པར་འཁུ་འདོད་གཡོ་ལྟན་པའི། །ཆོག་ནི་ལེགས་པ་འཆོལ་རྣམས་  
 གྱི། །ཡིད་གྱི་རྒྱུ་བྱེད་མར་བྱེད། །སྤྱག་དོག་དུག་གི་བུམ་པ་ནི། །སྦྱིང་ལ་  
 ཡང་དག་བཟུང་གྱུར་པ། །དང་སྟོང་གཡུག་པ་དེ་དག་གི། །དམོད་པའི་ཆོག་  
 མདའི་སྦྱང་བ་ལ། །དམ་པ་སྟོབས་པ་དགོ་བ་ཅན། །རིགས་པའི་བདུད་ཅི་  
 འཐུང་གྱུར་པས། །ལེགས་པར་བྱས་པ་རྣམས་གྱི་གཞུང་། །དང་པོར་འདོར་  
 བར་བྱེད་པ་མིན། །འཁོར་བ་མི་བཟོད་འབྲོག་དགོན་པས། །ཐར་འདོད་ཡིད་  
 གྱི་ཤིང་ཉི་ནི། །དྲི་མེད་རིགས་པའི་ལམ་ནས་དངས། །དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའང་བསྐྱབས། །དེ་སྤྱིར་བདག་ལ་གྲགས་པའི་གསུང་། །སྦྱོར་ཆད་བྱ་  
 ལོན་གྱུར་པ་ནི། །ལྟག་མ་འགའ་ཡང་མ་མཆིས་གྱིས། །འོན་ཀྱང་ལེགས་  
 བཤད་སྦྱིང་ལ་ཆགས། །ཕྱོགས་ཀུན་གྲོལ་བའི་མགོ་བོ་ནི། །སྦྱིང་དང་ལྟན་

ཅིག་འདར་བྱེད་ཅིང་། །ལོག་པའི་གཞུང་དང་སྤྱིད་པ་དག །ལྟན་ཅིག་སྤུལ་  
 བོར་བྱེད་པ་གང་། །འདི་ལྟར་རིགས་པའི་བགོ་སྐྱལ་ནི། །གསུང་རབ་ཞོར་  
 འཛིན་མཐའ་དག་གི །ཁོར་ཡུག་རྣམ་པར་གཞོད་བྱེད་པ། །སྒོ་གྲོས་གོམ་པ་  
 གཅིག་གིས་སྤྱིན། །དེ་ལྟར་རིགས་པའི་ལམ་དུ་འབད་བྱས་རབ་དཀར་དག་  
 བ་ཆེ་བའི་ཁུ་བས་སྤྱིང་གི་བུམ་པ་གང་གྱུར་པ། །དེ་ཡི་དཔལ་ལས་བདག་ནི་  
 སྤྱིད་པར་སྒྲ་མའི་ཞབས་སྐྱེས་སེན་མོའི་འདབ་སྤྱི་བོས་མཆོད་པ་མི་  
 གཏོང་བཞིན། །དེ་ཡི་ལེགས་བཤའ་ཁ་ལ་འགྱུ་བའི་སྤྱིང་ཡིག་འགྲོ་ལ་བཅེ་  
 བའི་ཡིད་ཀྱིས་སྒོག་པར་བྱེད་པའི་གཞུང་ལུགས་འཛིན། །རི་སྤྱིད་ཀྱན་  
 གསལ་མཛེས་མའི་རྣ་ཆས་འཛིག་རྟེན་དགའ་བྱེད་དེ་སྤྱིད་གཏམ་འདིའང་  
 འགྲོ་ལ་རྣ་རྒྱན་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །

རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་བཤའ་པ་  
 རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ།  
 རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་རིང་ལུགས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ། །དཔལ་ལྷན་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན། རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཅེ་མོ་ལྟར་མཛོན་པར་འཕགས་  
 ཤིང་། སྤྱི་དང་ནང་གི་རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐའ་དག་ཚུ་ནང་གི་ཆེ་  
 བའི་གཟུགས་བརྟན་ལྟར་བུགས་སུ་ཆུད་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། དོན་གྱི་  
 སྤྱི་དུ་མཆོན་ནས་སྤྱི་ཏེ། རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཀུ་མ་ར་ཏིའི་ཞལ་སྤྱན་ནས་དང་།  
 དུར་སྤྱིག་གི་རྒྱལ་མཆོན་འཆང་བ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ཞོར་བུ། རྣམ་པར་  
 དཀར་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་སའི་སྤྱིང་མ་ལུས་པ་ཁྲབ་ཅིང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་



གྱི་ལུང་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཚེས་མ་ལུས་པ།      རྒྱལ་བ་ཉིད་གྱི་  
 དགོངས་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་ལ།      རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་སློ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ལ་སོགས་པ།      རྗེ་  
 བཙུན་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ནམས་གྱི་ཞབས་རུལ་སྦྱི་བོས་  
 ལེན་པ།      བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་དོན་དེ་  
 མ་མེད་པའི་རིགས་པས་འབྱེད་པ་ལ།      བས་གྱི་གློལ་བས་བརྗེ་བར་མི་རུས་  
 པའི་སློ་གྲོས་གྱི་སློབས་པ་དག་བ་ཅན།      མང་དུ་ཐོས་པའི་བཙུན་པ་དག་  
 ལེགས་དཔལ་བཟང་པོས་རང་གི་སློབ་མ་སློ་གསལ་ཞིང་།      དོན་དུ་གཉེར་བའི་  
 རྗེ་སྟོད་འཛིན་པ་དུ་མས་ཉེ་བར་བསྐྱལ་བའི་ངོར།      གཙང་ཉང་སྟོད་རིགས་  
 པའི་འབྱུང་གནས་གྱི་སའི་ཆ།      ལུང་ར་དཔལ་འབར་ལེགས་བཤད་སློགས་  
 པའི་ཆལ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་བའོ།      །འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རིང་  
 དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །

དགེའོ། །